

## **Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemiassa**

Timo Pahkala

Opinnäytetyö  
Liikunnan ja vapaa-ajan  
koulutusohjelma  
2011



Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma

<b>Tekijä</b> Timo Pakkala	<b>Ryhmä</b> LOT 09 AIK
<b>Opinnäytetyön nimi</b> Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemiassa	<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b> 45+6
<b>Ohjaaja</b> Maria Ruutiainen	
<p>Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis – ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemiassa. Tutkimuksen kohteena olivat noin 120 akatemiaurheilijaa, 20:stä eri lajista. Urheilijat opiskelivat 13:ssa urheiluakatemiaan kuuluvassa oppilaitoksessa.</p> <p>Tässä tutkimuksessa tutkimusmenetelmänä toimi urheilijakysely, jonka akatemiaurheilijat täyttivät vuoden 2011 tammikuussa. Kyselyn avulla saatiin tärkeää tietoa Kouvolan urheiluakatemian urheilijoiden opiskeluolosuhteista ja akatemiavalmennuksen nykytilanteesta. Kyselyn tuloksilla tulee olemaan suuri merkitys Kouvolan urheiluakatemian kehittämisessä.</p> <p>Tutkimuksessa saatiin selville, että Kouvolan seudun ammattiopiston liiketalouden opiskelijat osallistuivat akatemiaharjoituksiin viikoittain kaikkein eniten ja myös he kokivat, että akatemiaharjoittelusta on ollut eniten hyötyä urheilijoina kehittymiseen. Kouvolan Lyseon lukiossa opiskeleviin akatemiaurheilijoihin suhtauduttiin koulussa kaikkein myönteisimmin (joustot opinnoissa, kannustavuus) ja Kuusankosken lukiossa kaikkein kielteisimmin.</p> <p>Koripalloilijat osallistuivat akatemiaharjoituksiin viikoittain eniten ja myös he kokivat, että akatemiaharjoittelusta on ollut eniten hyötyä urheilijoina kehittymiseen. Painijat kokivat kaikkein myönteisimmin akatemiaharjoittelun vaikutuksen opintojen sujuvuuteen ja koulun suhtautumisen heihin. Urheiluakatemian valmennuksen taso oli jalkapallossa urheilijoiden mielestä paras ja pesäpallossa heikoin.</p> <p>Urheiluakatemian tarjoamista tukipalveluista urheilijat käyttivät eniten uimahalli-, kuntosali ja yhteistyöyrityksen tarjoamia palveluja. Kyselystä kävi lisäksi ilmi, että kolme urheilijaa olisi muuttanut pois Kouvolasta, jos Kouvolalla ei olisi urheiluakatemiaa ja 16 urheilijaa harkitsi muuttamista.</p> <p>Tämän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että Kouvolan urheiluakatemian urheilijat ovat tyytyväisiä akatemiatoimintaan.</p>	
<b>Asiasanat</b> huippu-urheilu, toinen aste, opiskelu, valmennus, urheilu-ura	

Degree programme in sports and leisure management

<b>Authors</b> Timo Pahkala	<b>Group</b> LOT 09 AIK
<b>The title of thesis</b> Students' experiences: case Kouvolan urheiluakatemia	<b>Number of pages and appendices</b> 45+6
<b>Supervisor</b> Maria Ruutiainen	
<p>The purpose of this study was to investigate students' experiences in training and learning conditions at the Kouvola Sports Academy. The research was about 120 academy athletes from 20 different sports. Athletes studied in 13 schools within the sports academy.</p> <p>In this study, the research method was an athlete questionnaire, which was filled in by the academy athletes when they met in January 2011. Survey generated important information on the Kouvola Sports Academy athletes' studying and training conditions in the current situation. The results of the survey will be of great importance for the development of the Kouvola Sports Academy.</p> <p>The study found that the students of Kouvola Business College took part in the exercises provided by the academy on a weekly basis, and most of all, they also felt that the training academy had been most useful for the development of the athletes. Kouvola Lyseo high school athletes had the most positive attitude towards school (flexibility, education, incentive), and the most negative at Kuusankoski high school.</p> <p>Basketball players participated most in the academy exercises on a weekly basis and they also felt that the training at the academy has been most useful for the development of athletes. Wrestlers were most positive about the impact of the training at the academy and the flexibility of the studies and the approach of the school. The soccer players believed that coaching was best in soccer and worst in baseball.</p> <p>Sports Academy offers support services used by most athletes; swimming pool, gym, and co-operation offered by the company's services. The survey also revealed that three of the athletes would have left Kouvola if Kouvola didn't have sports academies, and 16 athletes who would have considered leaving.</p> <p>Based on this study it can be seen that the Kouvola Sport Academy athletes are satisfied with the operation of the academy.</p>	
<b>Key words</b> top-level sport, second degree, study, training, sports career	

## Sisällys

1	Johdanto .....	1
2	Nuoren urheilijan ura .....	3
2.1	Nuorten urheilijoiden opiskelun ja urheilun yhdistäminen .....	3
2.2	Nuorten huippu-urheiluohjelma .....	3
2.3	Nuoret huipulle tähtäävät urheilijat .....	4
3	Nuoren urheilijan opiskelumahdollisuudet .....	6
3.1	Urheilupainotteiset peruskoulut Suomessa .....	6
3.2	Urheilulukiot .....	6
3.3	Urheilulukiot toiminnan tavoitteet .....	7
3.3.1	Urheilulukioiden historiaa .....	7
3.3.2	Urheilulukioiden nykytilanne .....	8
3.4	Urheilupainotteiset lukiot ja ammatillista koulutusta antavat oppilaitokset Suomessa .....	10
3.5	Urheiluakatemioiden .....	10
3.5.1	Urheiluakatemioiden taustaa .....	10
3.5.2	Urheiluakatemioiden hallinto ja toimintaedellytykset .....	12
3.5.3	Urheiluakatemioiden valtakunnallinen koordinointi .....	12
3.5.4	Urheiluakatemioiden Suomessa .....	12
3.5.5	Urheiluakatemiasta kertyvät kurssit ja opintoviikot .....	14
4	Kouvolan urheiluakatemia .....	15
4.1	Taustaa ja historiaa .....	15
4.2	Urheiluakatemian johtoryhmä ja akatemiajohtaja .....	15
4.2.1	Kouvolan urheiluakatemian johtoryhmän tehtävät .....	15
4.2.2	Akatemiajohtajan tehtävät .....	16
4.3	Valmennustoiminta .....	17
4.3.1	Kouvolan urheiluakatemian valmentautumismahdollisuudet ja akatemiavalmennuksen tavoitteet .....	17
4.3.2	Jalkapallovalmennus .....	18
4.3.3	Jääkiekkovalmennus .....	18
4.3.4	Koripallovalmennus .....	18

4.3.5	Lentopallovalmennus.....	19
4.3.6	Pesäpallovalmennus .....	19
4.3.7	Yleisurheiluvalmennus .....	19
4.3.8	Painivalmennus .....	19
4.3.9	Amerikkalaisen jalkapallon valmennus.....	20
4.4	Golfvalmennus .....	20
4.4.1	Yksilölajien valmennuksen koordinointi.....	20
4.4.2	Muu valmennustoiminta.....	20
4.4.3	Akatemiaurheilijoiden harjoitusmäärät lukuvuonna 2010-2011 .....	21
4.5	Urheilijoiden ja valmentajien koulutus .....	21
4.5.1	Opettaminen ja taidon oppiminen ja Tervetuloa ohjaajaksi- koulutukset .	21
4.5.2	Urheiluravitsemus ja antidoping.....	22
4.5.3	Urheilulääketieteen ilta ja kinesioteippaus .....	22
4.5.4	Huippu-urheilun päivä.....	22
4.6	Opiskeluolosuhteet .....	23
4.7	Opinto-ohjauksen käytänteet Kouvolan urheiluakatemiassa .....	23
4.7.1	Opinto-ohjauksen kehittämistoimenpiteet Kouvolan urheiluakatemiassa	24
4.8	Tukipalvelut.....	24
4.8.1	Kouvolan urheiluakatemian tukipalvelut .....	25
5	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelmat .....	27
5.1	Tutkimusongelmat.....	27
6	Tutkimusmenetelmät.....	28
6.1	Kohdejoukko, kyselyn laadinta ja aineiston keruu.....	28
7	Tulokset.....	30
7.1	Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis -ja opiskeluolosuhteista eri oppi- laitoksissa.....	30
7.2	Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis -ja opiskeluolosuhteista eri lajeis- sa .....	33
7.3	Urheiluakatemian tukipalvelut ja vetovoimaisuus.....	36
7.3.1	Tukipalvelut.....	36
7.3.2	Vetovoimaisuus .....	37
7.3.3	Yleisarvosana.....	38
8	Pohdinta .....	39
8.1	Jatkotutkimusehdotukset.....	43
8.2	Jatkotoimenpiteet .....	44

Lähteet .....	46
Liitteet .....	48
Liite 1. Kouvolan urheiluakatemiaorganisaatiokaavio vuonna 2011 .....	48
Liite 2. Urheilijakysely .....	49

# 1 Johdanto

Urheiluakatemit ovat Suomessa 2000-luvulla käynnistyneitä paikallisia tai alueellisia yhteistyöverkostoja, joissa oppilaitokset, urheiluorganisaatiot sekä erilaiset tukipalvelujen tuottajat työskentelevät yhdessä urheilijoiden siviili- ja urheilu-urien yhteensovittamiseksi. Akatemioiden toiminta perustuu jo olemassa olevien rakenteiden yhteensovittamiseen.

(Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010–2013)

Vuoden 2009 lopulla Suomessa toimii 15 urheiluakatemiasa ja lisäksi 5-6 paikkakunnalla on joko suunnitelmia toiminnan käynnistämisestä tai jo olemassa olevaa akatemialuonteista toimintaa. Vakiintuneiden 15 urheiluakatemian piirissä opiskelee ja valmentautuu arviolta noin 4 000 urheilijaa yli 50 eri urheilulajissa. Hiihto, uinti ja yleisurheilu yksilölajeista sekä jääkiekko, jalkapallo, kori- ja lentopallo joukkuelajeista ovat mukana useissa eri akatemioiden valmennuksesta vastaavat niin OTO- kuin päätoimiset valmentajat. Päätoimisten valmentajien määrän kasvattaminen on yksi tärkeimmistä tavoitteista suomalaisen huippu-urheilun kehittämiseksi. Urheiluoppilaitosten, urheiluopistojen ja urheilujärjestöjen tuella akatemioiden harjoituskeskuksiin onkin luotu monia uusia ammattivalmentajien toimia. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010–2013)

Monissa urheiluoppilaitoksissa valmennuksen lähtökohtana on ollut, että opiskelijoilla on mahdollisuus lajiharjoituksiin aamupäivisin keskimäärin kolme kertaa viikossa. Tämä linjaus on toiminut myös usean urheiluakatemian valmennustoiminnan lähtökohtana. Korkea-asteella painopiste siirtyy yhteisharjoittelusta opiskelevien urheilijoiden henkilökohtaisten tavoitteiden ja suunnitelmien käytännön ongelmien ratkaisemiseen urheilun ja opiskelun solmukohdissa. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010–2013)

Kouvolan urheiluakatemian jälkeen on perustettu urheiluakatemiaa muun muassa Etelä-Savoon, Vuokattiin ja Porvooseen. Jokaisen Suomessa toimivan urheiluakatemian toiminnan lähtökohdat ovat erilaiset. Esimerkiksi akatemioiden hallinnoijina on viisi erilaista tahoa; urheiluopistot, säätiöt, kunnat, maakuntaliitto ja yhdistykset. Myös alueelliset erot ovat huomattavat. Suurille opiskelupaikkakunnille hakeutuu paljon urheilijoita monipuolisen koulutustarjonnan takia. Muuttotappioseuduilla akatemit kamppailevat taas toisenlaisten haasteiden keskellä.

Kouvolan urheiluakatemian tavoitteena on saada lisää urheilijoita muuttamaan kaupunkiin ja varmistaa tällä hetkellä kouvolalaisten urheiluopiskelijoiden pysyminen kaupungissa tarjoamalla urheiluakatemian kautta laadukasta valmennusta ja joustavia opiskeluratkaisuja. Koulu-

tustarjonnan monipuolisuudessa varsinkin korkea-asteella Kouvolan urheiluakatemia ei pärjää muille Suomessa toimiville akatemioille, mutta akatemiamme vahvuuksia ovat sopivan kokoinen paikkakunta (Kouvolan seudulla asuu noin 90 000 henkilöä), jonka kautta akatemian organisaatio pysyy riittävän tiiviinä ja yhteistyö on saumatonta.

Kouvolan vahvuuksiin voi lukea myös pääsarjatason urheiluseurat (Myllykosken Pallo -47 ry, Kouvolan Pallonlyöjät ry, Kouvot ry ja Kouvolan Edustuskiekko ry), jotka varsinkin hyvin pärjätessään vetävät sekä nuoria urheilijoita että aikuisurheilijoita puoleensa. Ilman Kouvolan urheiluakatemian tukea eivät urheiluseuratkaan pysty kehittämään urheilijoita kokonaisvaltaisesti, johon kuuluu varsinkin nuorten osalta opiskelun tukeminen. Jotta pääsarjatason seurat pystyvät kehittämään toimintaansa ja kehittämään entistä parempia urheilijoita esimerkiksi edustusjoukkueeseen, tarvitsevat seurat tukea urheilijoidensa kokonaisvaltaisessa kehittämisessä. Tässä Kouvolan urheiluakatemialla on Kouvolan urheiluelämässä vahva rooli. Käytännössä Kouvolan urheiluakatemia vastaa aamuvalmennuksesta ja opiskelun ja urheilun yhteensovittamisesta. Seurat ja lajit vastaavat taas iltavalmennuksesta ja lajien kilpailutoiminnasta.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemian oppilaitoksissa ja lajeissa. Tutkimuksessa selvitetään tammikuussa 2011 jaetun kyselytutkimuksen kautta akatemiassa mukana olevien urheilijoiden mielipiteitä edellä mainituista asioista. Tutkimus koskee Kouvolan urheiluakatemiassa mukana olevia noin 120 urheilijaopiskelijaa, kaupungin toisen asteen oppilaitoksia, Suomen Olympiakomiteaa, 25–30 akatemian valmennusjärjestelyissä olevaa urheiluseuraa ja 20–25 akatemiavalmentajaa.



## **2 Nuoren urheilijan ura**

### **2.1 Nuorten urheilijoiden opiskelun ja urheilun yhdistäminen**

Nuorten urheilijoiden opinto – ja urasuunnittelun sekä elämänhallinta- ja urataitojen tukeminen etenee maassamme vahvassa myötätulessa. Työn merkitys ymmärretään hyvin niin urheilupiireissä kuin muuallakin yhteiskunnassa. On luotu toimiva järjestelmä ja urheilijoiden saattavilla on monia erilaisia palveluja. Tarvitsemme kuitenkin edelleen nuoren urheilijan tarpeista lähtevien palvelujen kehittelyä, eri lajien erityispiirteiden huomioonottamista ja ennen kaikkea tiedon lisäämistä ja välittämistä oikeille tahoille. (Nuoren Urheilijan Ura 2011)

Opiskelun ja valmentautumisen yhteensovittamisen valtakunnallisesta koordinaatiosta ja kehittämistyöstä vastaa Suomen Olympiakomitea yhteistyössä muiden urheilujärjestöjen, oppilaitosten urheiluakatemioiden, opetus- ja kulttuuriministeriön ja Opetushallituksen, yhteistyökumppaneiden sekä urheilijoiden, heidän valmentajiensa ja muun lähipiirin kanssa. (Nuoren Urheilijan Ura 2011)

Urheilun ja opiskelun yhdistämisen perustana Suomessa toimivat opetus – ja kulttuuriministeriön erityisen urheilijoiden koulutustehtävän saaneet 13 urheilulukiota ja 11 urheiluammattioppilaitosta sekä ns. urheilupainotteiset lukiot ja ammattioppilaitokset. Nämä oppilaitokset yhteistyössä lajiliittojen ja seurojen kanssa tarjoavat lahjakkaille urheilijoille korkeatasoista valmennusta sekä mahdollisuuden suorittaa urheilun ehdoilla ylioppilastutkinnon tai ammatillisen perustutkinnon. Unohtaa ei sovi myöskään urheiluopistojen kehittyvää tarjontaa. (Nuoren Urheilijan Ura 2011)

Entistä merkittävimpiä toimijoita urheilijoiden urapolulla ovat nykyisin urheiluakatemit, joiden kautta tuetaan valmentautumisen, opiskelun ja muun elämän integrointia erityisesti toisen asteen opintojen jälkeen. Akatemioiden tavoitteena on myös päivittäisvalmennuksen tehostaminen ja ammattivalmentajien toimintaedellytysten parantaminen. Urheiluakatemit ovat ”lahjakuushautomaita”, joissa eri tahojen yhteistyöllä autetaan urheilijaa saavuttamaan tavoitteen sa niin urheilussa kuin muillakin elämänalueilla. (Nuoren Urheilijan Ura 2011)

### **2.2 Nuorten huippu-urheiluohjelma**

OK:lla on 2006-2012 menossa nuorten huippu-urheiluohjelma, jonka tavoitteena on varmistaa nuorille, lahjakkaille urheilijoille kv. huippu-urheilun edellyttämä laadukas valmennus ja hyvät

valmentautumisolosuhteet huippu-urheilumenestyksen saavuttamiseksi Olympia- ja MM-kisoissa. Toinen tärkeä tavoite on varmistaa nuorten urheilijoiden siviiliuran järkevä kehittyminen urheilu-uran aikana. Huippu-urheiluohjelmaan voivat päästä nuoret urheilijat, jotka on todettu lahjakkaiksi. Arvioinnissa avainasemassa ovat valmentajat. Urheilijalta vaaditaan vankka motivaatio ja taustalta ammattitaitoinen valmennus ja hyvät harjoitteluolosuhteet. Aikaisemmin avainkriteerinä olleet arvokisasaavutukset ovat edelleen mukana, ei kuitenkaan yhtä tärkeässä asemassa kuin aikaisemmin. Myös lajiliiton suositus tarvitaan. (Hiihtoliitto 2006)

Härkösen (2006) mukaan avoin ja luottamuksellinen yhteistyö urheilijoiden, lajiliittojen ja henkilökohtaisten vastuupalmentajien kanssa on välttämätöntä menestyksen saavuttamiseksi. Tavoitteena on urheilija, joka kantaa vastuun tekemisistään ja menestyy sekä urheilu- että siviiliurallaan. Olympiaprojektiin mukaan hyväksytyiltä urheilijoilta OK edellyttää valmentautumisen jatkuvaa seurantaa ja onnistumisen arviointia määräajoin. Olympiakomitean taloudellinen tuki ryhmään valituille on vuosittain urheilijalle 2000 euroa ja valmentajalle 500 euroa. Lisäksi terveydenhuollon tuki, opinnonohjaustuki sekä työelämään siirtymistuki sekä nuorten kilpailut (EYOF ja Universiadi). (Hiihtoliitto 2006)

### **2.3 Nuoret huipulle tähtäävät urheilijat**

Huippu-urheilun ytimessä on yksilön omien rajojen määrätietoinen ja innostava etsiminen. Se on tärkeä osa terveelle pohjalle rakentuvaa kansallista identiteettiä. Se yhdistää kaikenikäisiä ja kertoo kansainvälisessä vuorovaikutuksessa tavoitteellisesta, lahjakkuutta ja osaamista tukevas- ta kansakunnasta. Huippu-urheilijoiden suoritukset innostavat kaikenikäisiä. Erityisesti lapsille ja nuorille urheilijat ovat tavoitteellisuuteen ja liikunnalliseen elämäntapaan innostavia esimerkkejä. Huippu-urheilu tarjoaa ihmisten kaipaamia elämyksiä. (Suomen Liikunta ja Urheilu 2011)

Huippu-urheilussa otetaan huomioon urheilijan kokonaisvaltainen kehitys ihmisenä ja urheilijana. Urheilujärjestelmä kannustaa, mahdollistaa ja tukee urheilijaa ammattiin valmistautumissessa urheilu-uran aikana ja sen jälkeen tekemällä tiivistä yhteistyötä oppilaitosten ja opetushallinnon kanssa. Arvokisojen järjestämisestä syntyy merkittäviä alueellisia ja valtakunnallisia elinkeinopoliittisia yhteiskuntavaikutuksia. Unelma suomalaisista 2020-luvun talviolympiakisoista elää edelleen. (Suomen Liikunta ja Urheilu 2011)

Huippu-urheilijan valmennus on paljon muutakin kuin tiukkaa harjoittelua ja valmennusfysiologiaa, todettiin Opiskelijoiden Liikuntaliiton ja Veikkauksen järjestämässä Opiskelu – osa urheilijan elämää –seminaarissa Vantaalla 5.3.2003. Huipulle tähtäävät urheilijat ovat ikänsä

puolesta siinä vaiheessa elämää, jolloin valmistaudutaan myös tulevaan työelämään, muodostetaan parisuhteita jne. Nuori urheilija joutuu tekemään joskus koviakin valintoja näiden välillä tai sopeuttamaan ne yhteen tavalla tai toisella, jolloin jompikumpi tai molemmat usein kärsivät. Määrätietoiset nuoret urheilijat ovat usein määrätietoisia myös tulevan työuran ja opiskelujen suhteen, joten nuoren tukeminen ja opastaminen molemmilla elämänalueilla on ensiarvoisen tärkeää. (Suomen Olympiakomitea 2003)

Purjehduksen maailmanmestari Sari Multala tietää urheilu-uran ja opiskelun yhdistämisen ongelmat, mutta tunnistaa myös sen tärkeyden tulevaisuudessa.

Aika ja raha ovat suurimmat ongelmakohdat. Aika on rajallista, joten opinnot ja harjoittelu on suunniteltava pitkälle etukäteen. Rahaa taas ei ole koskaan tarpeeksi. Opintorahaa saadakseen on tehtävä riittävästi opintoviikkoja. Ilman merkittäviä tuloksia sponsorirahakin on tiukassa ja työn tekeminen vie yhtä lailla aikaa. Toisaalta opiskelu on ollut hyvä vastapaino urheilulle. Olen saanut hienoja kontakteja urheilun ulkopuolelta ja päässyt kehittämään muitakin elämässä tarvittavia ominaisuuksia. Opiskelusta on saanut myös tietynlaisen turvallisuuden tunteen siitä, ettei tipu aivan tyhjän päälle, jos ei urheilussa menestykään.

Suomen Olympiakomiteassa urheilijan ura ja valmennus nähdään kokonaisuutena, jossa urheilu ja opiskelu olisi mahdollista yhdistää entistä joustavammin. Olympiakomitean valmennuspäällikkö Kari Niemi-Nikkola uskoo ja haluaa, että yhdistäminen on mahdollista.

Kolme neljästä urheilijasta haluaa korkeakoulututkinnon. Lisäksi tavoitteellisen opiskelun on todettu tehostavan myös harjoittelua päinvastoin kuin on uskottu. Nuoren urheilijan ympärille rakennetaan edelleen turvaverkkoa, mikä tarkoittaa mm. että opinahjot ottavat huomioon urheilijoiden tarpeita. Määrätietoiseen työhön tottuneen huippu-urheilijan luulisi myös olevan haluttu työntekijä. Urheilija ei ole yli-ihminen, mutta tavoitteena on, että hänkin ottaa paikkansa ja kantaa vastuunsa yhteiskunnassamme myös urheilu-uransa jälkeen.

Urheilulukiot ovat huolehtineet 16–19 –vuotiaiden opiskelun ja harjoittelun yhteensovittamisesta erinomaisesti. Lukion jälkeen turvaverkkoa jatkamaan on syntynyt urheiluakatemiaita, joiden tarkoituksena on urheilijan opintomahdollisuuksien kehittäminen myös toisella ja korkeasteella sekä urheilijan tukipalvelujen kerääminen ja kokoaminen urheilijan saataville. Urheiluakatemiaita on toiminnassa jo ainakin Oulussa, Keski-Suomessa, Satakunnassa ja pääkaupunkiseudulla. (Suomen Olympiakomitea 2003)

### **3 Nuoren urheilijan opiskelumahdollisuudet**

#### **3.1 Urheilupainotteiset peruskoulut Suomessa**

Suomessa on mahdollista hakeutua urheilupainotteiseen peruskouluun, jossa voi valita ylimääräisiä liikuntatunteja ja jopa harjoitella kouluajalla saman lajin harrastajien kanssa. Esimerkiksi Pohjois-Haagan peruskoulu Helsingissä on tällainen koulu. Monissa peruskouluissa on myös ns. liikuntaluokkia, joihin on kerätty liikuntaa harrastavia lapsia. Monissa kouluissa on jopa ruvettu järjestämään taso- tai pääsykokeita. URA-työryhmän opetusministeriölle (1999) tekemän muistion mukaan Suomessa toimi vuonna 1997 noin 120 peruskoulun yläastetta, joilla oli opetussuunnitelmassaan liikunnallinen painotus. Liikunnan painotuksen määrä vaihtelee oppilaitoksittain suuresti. Lisätyn liikunnan määrä on 2-6 tuntia viikossa. Myös liikuntapainotuksen sisällöt vaihtelevat suuresti. Osa kouluista tarjoaa yhden lajin valmennustunteja, kun osalla kouluista lisätunnit tarkoittavat eri lajien perustaitojen läpikäyntiä ja/tai lajikokeiluja oppilaiden esitysten mukaisesti. (URA-työryhmän muistio 1999)

Kujala (1991) toteaa, että liikunnasta kiinnostuneet lapset voivat hakeutua tällaisiin kouluihin, mutta peruskouluikäisistä lapsista kuitenkin hyvin harva vielä panostaa urheiluun niin paljon, että liikuntapainotteiseen kouluun siirtyminen olisi välttämätöntä. Varsinainen ammattiin tähtäävä kouluttautuminen ja urheilu-uraan panostaminen alkavat useimmiten vasta tämän jälkeen. On myös syytä muistaa, että tämän ikäisillä lapsilla liikunnan harrastamisen tulisi olla hauskaa ja täysin vapaaehtoista, ja että liikunnanopetuksen tulisi painottua monipuoliseen liikuntakasvatukseen. On kuitenkin luonnollista, että urheilupainotteiset peruskoulut palvelevat urheilulukioihin siirtymistä.

#### **3.2 Urheilulukiot**

Suomessa toimii 13 valtakunnallisen erityistehtävän saanutta urheilulukiota. Urheilulukiokokoulu käynnistyi vuonna 1986 kuudessa lukiossa. Vuonna 1990 kokeiluun tuli mukaan kuusi uutta lukiota. Kokeilusta saadut hyvät tulokset sekä opiskelussa että urheiluvalmennuksessa puolsivat toiminnan vakinaistamista. Vuonna 1994 opetusministeriö vahvisti näille 12 lukiolle valtakunnallisen erityis (urheilulukio) tehtävän. Pohjois-Haagan yhteiskoulu sai erityisen tehtävän vuonna 2007. Valmennustoiminnan laadusta vastaavat valtakunnalliset lajiliitot yhteistyössä paikallisten seurojen kanssa. Toimintaa koordinoi valtakunnallinen seurantaryhmä Suomen Olympiakomitean johdolla. Urheilulukioissa opiskelee noin 2000 nuorta urheilijaa lähes 50 lajista. (Nuoren Urheilijan Ura 2011 – opas)

### 3.3 Urheilulukioitoiminnan tavoitteet

Urheilulukiossa nuorella on mahdollisuus suorittaa samanaikaisesti lukion oppimäärä ja ylioppilastutkinto sekä urheilla omien tavoitteidensa mukaisesti. Kokemus ja tutkimustulokset ovat osoittaneet, että urheilulukio antaa joustavuudellaan tähän hyvät mahdollisuudet. Urheilulukiossa hyväksytään pitkätkin poissaolojaksot leirien ja kilpailumatkojen takia. Opintoja voi suorittaa ja opetusta järjestetään korvaavin tavoin, jolloin korostuu myös omatoimisen opiskelun merkitys. Urheilulukiossa opiskelevalla urheilijalla on ”kaksoistehtävä”: suoriutua koulusta omien kykyjensä mukaisesti ja samalla valmentautua systemaattisesti.

(Nuoren Urheilijan Ura 2011 – opas).

Valmennuksen tavoite urheilulukioissa on tarjota koulua käyville lahjakkaille nuorille korkeatasoista valmennusta hyvissä olosuhteissa. Saattamalla yhteen ikäluokkansa parhaita urheilijoita yli lajirajojen, syntyy kannustava ja kehittävä ilmapiiri, mikä voi parhaimmillaan motivoida entistäkin parempiin tuloksiin niin urheilussa kuin opinnoissakin. Nuorten urheilijoidemme hyvään kansainväliseen menestykseen on urheilulukioitoiminnalla oma tärkeä merkityksensä.

(Nuoren Urheilijan Ura 2011 – opas).

#### 3.3.1 Urheilulukioden historiaa

Maassamme toimiva urheilulukiojärjestelmä on varsin tuore, vaikka ajatuksia urheilun ja koulun yhdistämisestä onkin ollut jo pitkään. Ensimmäisen kerran urheilulukioden ja 38 vastaavien perustamista ehdotettiin jo 1930-luvulla. Ehdotuksen esitti kouluneuvos Arvo Vartia. Jos ajatus olisi toteutunut, olisi se ollut ensimmäisiä maailmassa. (Metsä-Tokila 2001a, 228-229) Asia ei kuitenkaan edennyt toteuttamisasteelle.

Urheilulukioden perustaminen nousi uudelleen esille 1960-luvun alkupuolella. Urheilulukioille koulumaailmassa oli jo tietä avannut lukion kehittäminen kurssimuotoiseksi (ja myöhemmin luokattomaksi). Ensimmäinen kurssimuotoisen koulun kokeilu toteutettiin jo lukuvuonna 1950–1951. Kokeilut jatkuivat 1950- ja 1960-luvuilla kahdessa helsinkiläisessä koulussa. Kokeilusta saatujen kokemusten perusteella aloitettiin luokattoman lukion kokeilu Alppilan yhteislyseossa ja Mäkelänrinteen yhteiskoulussa. Mäkelänrinteen yhteiskoulun motiivina luokattomuuteen siirtymisessä oli juuri tarjota urheilijoille mahdollisuus harjoitella enemmän lukion suorittamisen yhteydessä. (Metsä-Tokila 2001a, 229-230)

Mäkelänrinteen ja Kuortaneen yhteiskouluissa pohdittiin urheilun ja lukio-opintojen yhdistämistä jo 1960-luvun lopulla. Urheilulukioideaa ehdotettiin jopa kouluhallitukselle jo keväällä 1968. Ehdotus sai kuitenkin kielteisen vastaanoton. Koulut eivät kuitenkaan antaneet periksi, vaan rupesivat lisäämään liikuntaa opetussuunnitelmaan asteittain. Kahden edellä mainitun koulun jälkeen urheilupainotteisen lukion ideasta kiinnostui Sotkamo. Näiden koulujen myönteisten kokemusten seurauksena liikuntapainotteisten lukioiden suosio rupesi kasvamaan nopeasti. Vuonna 1982 niitä oli maassamme jo 23, joista seitsemän oli voimakkaasti liikuntapainotteisia. (Metsä-Tokila 2001a, 230-233)

Vuonna 1985 opetusministeriö myönsi urheilulukion kokeiluluvan kuudelle koululle, jotka aloittivat toiminnan urheilulukioina syksyllä 1986. Kyseiset kuusi koulua olivat Mäkelänrinteen lukio Helsingissä, Kuortaneen lukio, Kastellin lukio Oulussa, Sammon lukio Tampereella, Sotkamon lukio ja Vörså samgymnasium. Kokeiluun valituille lukioille asetettiin vaatimuksia. Niiden tuli sijaita paikkakunnilla, joissa koulun käytettävissä oli koulun ulkopuolista valmennusta. Toiseksi lukion välittömässä läheisyydessä tuli olla riittävästi harjoittelupaikkoja. Lisäksi kouluilla tuli olla aikaisempaa näyttöä laajennetusta urheilutoiminnasta. (URA-työryhmän muistio 1999) vai (Gröhn & Riihivuori 2008)?

Keväällä 1990 urheilulukio kokeilua laajennettiin ja kuusi uutta koulua (Aurajoen lukio Turussa, Kuninkaanhaan lukio Porissa, Kuopion klassinen lukio, Ounasvaaran lukio, Salpausselän lukio Lahdessa ja Voionmaan lukio Jyväskylässä) sai 39 luvan kokeiluun. Vuoden 1994 huhtikuussa opetusministeriö vakinaisti kokeilussa olleet 12 urheilulukiota ja antoi niille erityisen tehtävän statuksen. (Metsä-Tokila 2001a, 234-246) Urheilulukioiden tavoitteena oli mahdollistaa kilpaurheiluun suuntautuneille lahjakkaille urheilijoille myös lukion suorittaminen. Monilta urheilijoilta olivat opinnot jääneet peruskouluopintoihin mm. urheilun ja opintojen yhteensovittamisongelmien takia. (URA-työryhmän muistio 1999)

### **3.3.2 Urheilulukioiden nykytilanne**

Nykypäivän urheilulukioissa nuorella urheilijalla on hyvät mahdollisuudet yhdistää urheilu ja koulunkäynti. Urheilulukioissa urheilijoilla on oikeus poiketa eräistä tuntijaon pakollisista opinnoista (URA-työryhmän muistio 1999). Urheilija saa harjoitella kouluaikana ja hän saa ammattitaitoista valmennusta. Lisäksi hän saa urheilusta opintosuorituksia, jotka otetaan huomioon lukion suorittamiseen vaadittavassa kurssimäärässä. Myös urheilusta johtuvia poissaoloja katsotaan suopeasti. Lisäksi urheilulukioiden liikuntakurssien tarjonta on huomattava, ja näin nuori voi myös tutustua uusiin lajeihin. Urheilulukioissa opiskelevien nuorten koulumotivaatio

on korkea, sillä heidän keskeyttämisprosenttinsa on pienempi kuin tavallisissa lukioissa opiskelevien (Metsä-Tokila 2001a, 241). Lisäksi 1980- ja 1990-lukujen vaihteessa tehdyssä tutkimuksessa havaittiin, että urheilulukioalaisten menestys ylioppilaskirjoituksissa on lähes samaa tasoa kuin koko maan keskiarvo (Viitanen 1992). Huomattavaa on myös, että Kastellin urheilulukion liikunnanopettaja Erkki Auvisen mukaan liikuntainnostus tarttuu myös koulun urheilua harrastamattomiin oppilaisiin. (Luoma 1991)

Urheilulukiot saavat urheilijoistaan päätöksen mukaisesti korotettua valtionosuutta. Lisäksi koulut saavat poiketa opiskelijavalinnoissa opiskelijavalintaa koskevista säännöksistä. (URA-työryhmän muistio 1999). Urheilulukioihin haetaan yhteisvalintaa soveltavalla tavalla. Oppilasvalinta tapahtuu yhteisvalinnassa, mutta pisteitä annetaan koulumenestyksen lisäksi myös urheilumenestyksestä. Nykyisin useimmissa kouluissa ja lajeissa järjestetään kouluun pyrkiville lisäksi erillinen valintakoe. Varsinaisten urheilulukioden lisäksi Suomessa toimii nykyisin myös useita liikuntapainotteisia 40 lukioita, joista osa toimii lähes urheilulukion tavoin, ja joista osa on hakenut opetusministeriöltä erityistä urheilulukion tehtävää. (Metsä-Tokila 2001a, 239, 252-254)

Urheilulukiot ovat alueellisesti jakaantuneet eri osiin maata. Opiskelijat hakeutuvat urheilulukioihin ympäri Suomea, vaikkakin usein suurin osa opiskelijoista tulee lähialueelta. Tämä on luonnollista, sillä monet urheilulukioista ovat suurissa kaupungeissa, joiden lähialueella on runsaasti lahjakkaita urheilijoita. Maaseutulukioita urheilulukioista on vain kolme: Kuortane, Sotkamo ja Vöyri. (URA-työryhmän muistio 1999) Kaikki Suomen urheilulukiot ovat niin sanottuja monilajilukioita, joissa on useita päälajeja ja sen lisäksi monissa vielä joukko sivulajeja. Päälajeissa koulu järjestää systemaattista valmennusta, mutta sivulajeissa valmennus ei ole mahdollista samassa laajuudessa. (URA-työryhmän muistio 1999)

Urheilulukioden valtakunnallinen lajikirjo on varsin laaja ulottuen monista yksilölajeista erilaisiin joukkuelajeihin. Osa lajeista, kuten lentopallo, on kuitenkin valtakunnallisesti keskittynyt vain tiettyihin lukioihin, joihin on koottu harjoittelemaan kaikki ikäluokkansa huiput. Urheilulukioissa oli lukukaudella 1998–1999 yhteensä 1595 oppilasta. Suurin osa oppilaista on poikia, mikä korreloi pitkälti kilpaurheilun harrastajamääriin. Tyttöjen osuus on kuitenkin ollut kasvussa sekä lajien harrastajamäärissä että urheilulukioissa. (URA-työryhmän muistio 1999)

Urheilulukiot ovat kokeilutoiminnan kautta kehittyneet alueellisiksi valmennuspisteiksi, joissa on monipuolista urheilun asiantuntemusta. Valmentajat ovat ammatillisesti tasokkaita ja takaavat korkeatasoisen valmentautumisen. Urheilulukiot ovat lähes poikkeuksetta verkostoituneet

ympäristön muuhun koulutukseen ja urheiluvalmennukseen. Toiminnassa ovat kiinteästi mukana myös paikalliset lajiliitot ja urheiluseurat. (URA-työryhmän muistio 1999)

### **3.4 Urheilupainotteiset lukiot ja ammatillista koulutusta antavat oppilaitokset**

#### **Suomessa**

Urheilupainotteisissa lukioissa ja ammatillista sekä ammattikorkeakoulutusta antavissa oppilaitoksissa, joilla ei ole valtakunnallista erityistehtävää, urheiluvalmennus on järjestetty koulun ylläpitäjän omalla päätöksellä niin, että valmennus ja/tai harjoitusaikaa tarjotaan yhdessä tai useammassa lajissa opiskelun ohella oppilaitoksen tekemin järjestelyin. Oppilasvalinnassa nämä oppilaitokset soveltavat normaalia hakumenettelyä, urheilulukioiden kaltaista valintamenettelyä tai muuta hakijoille ilmoittamaansa tapaa. Urheilupainotteisissa lukioissa, ammatillisissa oppilaitoksissa ja ammattikorkeakouluissa opiskelee n. 1500 nuorta yli 20 urheilulajista. (Nuoren urheilijan ura 2011 –opas)

### **3.5 Urheiluakatemit**

Urheiluakatemit ovat alueellisia yhteistyöverkostoja, joiden yhtenä keskeisenä tavoitteena on tukea urheilijoiden kouluttautumista haluamalleen alalle tai ammattiin urheilu-uran ohessa. Urheiluakatemian toimijoita ovat lajiliitot ja seurat, alueen oppilaitokset, julkinen sektori sekä erilaiset tukipalvelujen tarjoajat ja muut mahdolliset yhteistyötahot. (Nuoren urheilijan ura 2011 –opas)

#### **3.5.1 Urheiluakatemioiden taustaa**

Vaikka urheiluoppilaitosjärjestelmämme (ts. urheilulukiot) toimii varsin hyvin, ei huipulle tähtäävää valmentautumista ja korkeakouluopiskelua ole järjestelmällisesti yhdistetty Suomessa. Tähän ongelmakohtaan onkin viime vuosina kiinnitetty erityistä huomiota, kuten URA-työryhmän opetusministeriölle suuntaamasta muistiosta (1999) käy ilmi. Lahjakkaista nuorista urheilijoista enemmän kuin kolme neljästä haluaa jatkaa korkea-asteen opintoihin, missä erityistä urheilijakoulutusjärjestelmää ei ole. Tätä siirtymävaihetta helpottamaan on viime vuosina suuriin opiskelu- ja urheilukaupunkeihin luotu lajikohtaisia tai monilajisia yhteistyöverkostoja, niin kutsuttuja urheiluakatemit. Urheiluakatemioiden toiminnan yhtenä keskeisenä tavoitteena on auttaa tavoitteellisesti valmentautuvia urheilijoita opiskelun ja urheilun yhdistämisessä erityisesti korkea-asteella. Lisäksi urheiluakatemioiden tavoitteena on tehostaa urheilijoiden päivittäisharjoittelua, parantaa harjoitteluolosuhteita, luoda edellytyksiä ammattivalmennukselle



sekä tarjota valmentautumiseen ja elämänhallintaan liittyviä tukipalveluja. (Merikoski-Silius 2005)

Urheiluakatemit ovat syntyneet pääosin paikallisesti, alueiden omista lähtökohdista ilman merkittävää valtakunnallista ohjausta. Akatemioiden kehittyminen urheiluoppilaitosten toiminnan jatkumoksi on perustunut ennen kaikkea paikallisten toimijoiden aktiivisuuteen ja haluun kehittää lahjakkaiden urheilijoiden mahdollisuuksia tähdätä huipulle opiskelun ohella. (Urheiluakatemit osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää 2007)

Urheiluakatemioiden toiminta perustuu yhteistyöhön alueen kuntien eri toimialojen ja eri oppilaitosten, paikallisten seurojen ja valtakunnallisten lajiliittojen sekä valmennukseen ja koulutukseen liittyvien tukipalvelujen tarjoajien kanssa. Urheiluakatemia on koordinaatioelin, joka koostaa eri alojen asiantuntijat saman ”sateenvarjon” alle. Periaatteena on, että oppilaitokset vastaavat urheilijoiden opintojen ohjauksesta ja opiskeluista, lajiliitot ja seurat valmennuksesta ja eri alojen asiantuntijat tukipalvelujen tuottamisesta. Tosin on myös akatemioita, joilla on omia valmentajia. Urheiluakatemian tehtävänä on tuoda nämä kaikki palvelut urheilijan lähelle. (Merikoski-Silius 2005)

Urheiluakatemioiden kehityksen taustalla on ollut tarve luoda urheilijoille jatkumo toisen asteen koulutuksesta korkea-asteelle ja tukea urheilijoiden kouluttautumista myös toisen asteen jälkeen sekä tarjota keskitetysti huippu-urheilijoiden tarvitsemia tukipalveluita. Toisena merkittävänä kehitysvaikuttimena on ollut valmennuksen keskittäminen ja lajikohtaisten harjoittelukeskusten perustaminen urheiluoppilaitospaikkakunnille. Valmennuksen resurssien hajanaisuus ja niukkuus on synnyttänyt tarpeen tiivistää yhteistyötä ja verkostoitua. Osa urheiluakatemioista on perustettu jo toiminnassa olevien lajikohtaisten valtakunnallisten harjoittelukeskusten yhteyteen, kun taas joillain paikkakunnilla urheiluakatemian toiminta on käynnistynyt ennen lajikohtaisten valmennuskeskittymien syntymistä. Urheiluakatemioiden kehitys on ollut viime vuosina nopeaa ja ne ovat tehneet yhteistyötä, paikallisten toimijoiden lisäksi, myös keskenään 44 valtakunnallisena verkostona järjestäen muun muassa vuosittaisia tapaamisia. (Urheiluakatemit osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää 2007)

Merikoski-Siliuksen mukaan (2005) urheiluakatemioiden toiminta kohdistuu urheilijan uralla erittäin kriittiseen vaiheeseen, jossa valmennukselliset haasteet lisääntyvät jyrkästi siirryttäessä aikuisten sarjoihin ja samaan aikaan urheilija joutuu tekemään siviiliuran kannalta tärkeitä ratkaisuja, kuten esimerkiksi opiskelupaikan hankinta, muutto pois kotoa, itsenäistyminen ja taloudellisten paineiden lisääntyminen.

### **3.5.2 Urheiluakatemioiden hallinto ja toimintaedellytykset**

Urheiluakatemiaa hallinnoidaan paikallisten olosuhteiden ja tarpeiden pohjalta. Tulevaisuuden akatemiahallintoa tulee kehittää joustavaksi, tehokkaaksi ja paikalliseen toimintaympäristöön sopivaksi. Akatemioiden tulee olla hallinnollisesti itsenäisiä toimijoita, joilla on toimivalta ja vastuu. Urheiluakatemioiden taloudelliset resurssit ovat perustuneet toiminnan alusta asti paikallisiin rahoitusratkaisuihin. Urheilun erityisen tehtävän oppilaitokset, muut oppilaitokset ja kunnat ovat olleet pääasiallisia rahoittajia. Myös urheilijoilta on monissa akatemoissa peritty pieniä akatemiamaksuja. Vuodesta 2008 alkaen opetusministeriö on myöntänyt erillismäärärahan akatemioiden koordinaattoreiden palkkatukeen. Tukea ovat voineet saada Olympiakomitean huippu-urheiluakatemiasatutuksen saaneet akatemit. Akatemioiden tulevaisuuden toimintaedellytysten turvaamiseksi on varmistettava sekä paikallisen että valtakunnallisen resursoinnit jatkuminen. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010 – 2013)

### **3.5.3 Urheiluakatemioiden valtakunnallinen koordinointi**

Suomen Olympiakomitea otti vastaan urheiluakatemioiden valtakunnallisen koordinaatio- ja johtamistehtävän hallituksensa päätöksellä keväällä 2007. Valtakunnallisen koordinoinnin tavoitteena on saavuttaa mahdollisimman taloudellinen ja tehokas tapa hyödyntää Suomessa olevia huippu-urheilun osaaajia, instituutioita, tukipalveluita, harjoitteluolosuhteita ja opiskelumahdollisuuksia. Nykyisin koordinaatiotehtävää hoitavat muiden toimijain ohella Olympiakomitean kehityspäällikkö ja opinto- ja ura-suunnittelun asiantuntija. Jotta kehittämisohjelman tavoitteet saavutetaan, tarvitaan merkittävää vahvistusta henkilöresursseihin. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010-2013)

### **3.5.4 Urheiluakatemit Suomessa**

Suomessa toimivat urheiluakatemit vuonna 2011:

1. Etelä-Karjalan urheiluakatemia
2. Etelä-Kymenlaakson urheiluakatemia
3. Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia
4. Etelä-Savon urheiluakatemia
5. Joensuun urheiluakatemia
6. Keski-Pohjanmaan urheiluakatemia

7. Keski-Suomen urheiluakatemia
8. Kouvolan urheiluakatemia
9. Lapin urheiluakatemia
10. Ouluseutu urheiluakatemia
11. Pohjois-Savon urheiluakatemia
12. Porvoon urheiluakatemia
13. Päijät-Hämeen urheiluakatemia
14. Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia, URHEA
15. Satakunta Sports Academy, SSA
16. Tampereen urheiluakatemia
17. Turun seudun urheiluakatemia
18. Vaasan seudun urheiluakatemia-Vasa regionens idrottsakademi
19. Vuokatti urheiluakatemia

Vuonna 2011 urheiluakatemiaa on Suomessa toiminnassa kaikkiaan 19. Lisäksi muutamilla paikkakunnilla (Iisalmi, Valkeakoski, Rauma ja Hyvinkää-Riihimäki) on käynnissä akatemia-luonteista toimintaa tai suunnitelmia toiminnan käynnistämiseksi lähiaikoina.

Vuosina 2008 ja 2009 auditoitujen 12 urheiluakatemian yhteenlaskettu talous oli noin kaksi miljoonaa euroa. Lukua voidaan pitää suuntaan antavana, sillä akatemioiden verkostomainen rakenne ja kunkin akatemian paikalliset käytännöt eivät mahdollista luotettavaa talousvertailua. Osa akatemioista toimii itsenäisinä yhdistyksinä tai säätiöinä, mutta suurin osa akatemioiden hallinnoista on kytketty osaksi suurempaa organisaatiota, joissa esimerkiksi käytännöt eri urheilupuolustosten valmennustoiminnan kirjaamisesta akatemiaan kuuluvaksi vaihtelevat. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010–2013)

Lokakuussa 2008 Suomen Olympiakomitean hallitus myönsi seitsemälle statuksen saaneelle akatemialle opetusministeriön erillismäärärahaa yhteensä 117 000 euroa taloudellista tukea. Vuonna 2009 erillis-määrärahaa saivat kaikki huippu-urheiluakatemit (10), tukea jaettiin yhteensä 155 000 euroa. Tuki on kohdennettu akatemioissa toimivien koordinaattoreiden toiminnan turvaamiseen ja kehittämiseen. Tukea saavat huippu-urheiluakatemit ovat huippu-urheilun kannalta erityisen merkittäviä toimijoita. Jakoperusteena käytettiin ykköstason urheilijoiden ja päätoimisten valmentajien määrää sekä muita auditoinnissa analysoituja seikkoja. Akatemioiden auditoinnit ovat voimassa vuoden 2013 loppuun saakka. (Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010–2013)

### **3.5.5 Urheiluakatemiasta kertyvät kurssit ja opintoviikot**

Opiskellessa sekä Kouvolan seudun ammattiopistossa että kouvoolalaisessa tai Iitin lukiossa voi urheiluakatemiasta kertyä maksimissaan 10 kurssia. Lisäksi jos urheilija osallistuu Kuusankosken lukiossa, Anjalankosken lukiossa tai Valkealan lukiossa liikunnanopettajien pitämiin kouluvalmennusryhmiin on mahdollisuus jopa 13 kurssiin akatemiasta. Lukioissa sekä ensimmäiseltä että toiselta vuosikurssilta kertyy maksimissaan neljä kurssia ja viimeiseltä vuodelta kaksi. Ammattiopistossa kursseja kertyy joka vuosikurssilta maksimissaan kolme ja akatemialaisille järjestettäviltä valmentaja - ja ohjaajakoulutuksista tulee vielä yksi lisää. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

## **4 Kouvolan urheiluakatemia**

### **4.1 Taustaa ja historiaa**

Kouvolan urheiluakatemia (ent. Pohjois-Kymenlaakson urheiluakatemia) aloitti toimintansa 14 muun Suomessa toimivan urheiluakatemian lisäksi elokuussa 2008. Ennen toiminnan käynnistymistä Kymenlaakson Liikunta ry:n johdolla tehtiin runsaasti valmistelutyötä.

Kymenlaakson Liikunta tiedusteli kouvolaalaisilta urheiluseuroilta kiinnostusta ja tarpeellisuutta urheiluakatemiaa vuonna 2005. Asia sai nopeasti seuroilta laajaa kannatusta. Kymenlaakson Liikunta valmisteli asiaa ja teki esityksen vuoden 2006 syksyllä kuuden kunnan silloisille kuntajohtajille, jotka tekivät myönteisen päätöksen urheiluakatemiahankkeesta, mutta siirsivät sen koulutoimenjohtajille valmisteltavaksi. Tammikuussa 2007 koulutoimenjohtajat perustivat ohjausryhmän, jonka tavoitteena oli urheiluakatemian toiminnan käynnistäminen vuonna 2008. Urheiluakatemian ohjausryhmän kokouksissa nousi esille ajatus, että voisiko Kymenlaakson Liikunta ry toimia urheiluakatemiahankkeen hallinnoijana, joka tarkoitti koordinaattorin palkkaamista Kymenlaakson Liikunta ry:lle. (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2008–2009)

Vuonna 2007 kaikkiaan viiden kunnan koulutoimet ja Kouvolan seudun ammattiopisto osallistuivat koordinaattorin palkkauksesta aiheutuvien kustannuksien tukemiseen (Kouvola, Kuusankoski, Anjalankoski, Valkeala ja Jaala). Elimäki tuli mukaan vuoden 2008 alkupuolella. Kymenlaakson Liikunta ry:n, koulutoimien ja Kouvolan seudun ammattiopiston yhteisellä rahoituksella KymLi palkkasi vuoden 2007 syyskuussa seurakehittäjän, jonka keskeisenä toimenkuvana oli urheiluakatemian toiminnan käynnistäminen vuoden 2008 elokuussa. (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2008–2009)

Vuoden 2008 maaliskuussa kaikkiaan 28 paikallista urheiluseuraa teki Kymenlaakson Liikunnan kanssa yhteistyösopimuksen koskien urheiluakatemian valmennusjärjestelyitä. Myös kuuden kunnan koulutoimet ja Kouvolan seudun ammattiopisto tukivat koordinaattorin palkkauskuluja merkittävästi mahdollistaen näin toiminnan käynnistymisen elokuussa 2008.

(Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2008–2009)

### **4.2 Urheiluakatemian johtoryhmä ja akatemiajohtaja**

#### **4.2.1 Kouvolan urheiluakatemian johtoryhmän tehtävät**

Urheiluakatemiatoiminnan kehittämistä, arviointia ja seuranta varten on nimetty johtoryhmä. Johtoryhmä päättää asiantuntijoiden käyttämisestä ja tarvittavien työryhmien asettamisesta. Johtoryhmä hyväksyy yhteistoiminnan strategian sekä vuosittaiset toimintasuunnitelmat. Johtoryhmä kokoontuu vähintään kaksi kertaa vuodessa. Urheiluakatemian johtaja toimii johtoryhmän sihteerinä ja esittelijänä. Oppilaitokset päättävät opiskelijoiden valitsemisesta oppilaitoksiin. Tämän jälkeen johtoryhmä päättää ja valitsee akatemiaan hyväksyttävät urheilijat. (Kouvolaan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010–2011)

Urheiluakatemian johtoryhmään kuuluivat lukuvuonna 2010–2011 seuraavat henkilöt:

Puheenjohtaja

Rehtori Keijo Hulkkonen (rehtori Reino Ahonen 31.12.2010 asti)

Varapuheenjohtaja

Tilaaajapäällikkö Veikko Niemi

Johtoryhmän jäsenet

Kouvolaan Uimarit pj Marja-Liisa Kotikuusi

Liikunnan lehtori Sami Vastamäki

Liikuntapäällikkö Anne Kantanen

Opinto-ohjaaja Lasse Valjakka

MyPa:n toiminnanjohtaja Petri Tiainen

Liikunnan lehtori Toni Mäkelä

Rehtori Timo Olli

KyAMK:n liikunnan lehtori Marja-Sisko Luode

KymLi:n toiminnanjohtaja Tommi Lehtinen

Urheiluakatemian johtoryhmä kokoontui toimintavuoden 2010–2011 aikana neljä kertaa. Kokoukset olivat lokakuussa 2010, tammikuussa 2011, huhtikuussa 2011 ja kesäkuussa 2011.

(Kouvolaan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010–2011)

#### **4.2.2 Akatemiajohtajan tehtävät**

Kouvolaan urheiluakatemian toiminnan käytännön toteuttamisesta vastaa akatemiajohtaja Timo Pakkala. Akatemiajohtajaa koskevat hallinnolliset päätökset tehdään Kymenlaakson Liikunta ry:ssä, jonka palveluksessa akatemiajohtaja on.

Akatemiajohtajan tehtävät:

1. Kouvolan urheiluakatemian toiminnan suunnittelu ja johtaminen
  2. Urheiluakatemian valmennuksen ja koulutuksen suunnittelu ja johtaminen
  3. Tiiviin yhteistyön ylläpitäminen kuntien ja – oppilaitosten kanssa
  4. Urheiluakatemian tukipalvelujen koordinointi ja kehittäminen
  5. Palveluista tiedottaminen ja yhteinen markkinointi
  6. Verkkosivujen ylläpito ja kehittäminen
  7. Yhteistyöverkostojen kehittäminen
  8. Johtoryhmän kokousten valmisteluasiat, esittelijänä ja sihteerinä toimiminen
- (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010–2011)

### **4.3 Valmennustoiminta**

#### **4.3.1 Kouvolan urheiluakatemian valmentautumismahdollisuudet ja akatemiavalmennuksen tavoitteet**

Kouvolan urheiluakatemiassa järjestetään valmennusta koulun työpäivinä maanantaisin (pääsääntöisesti klo 10–11), tiistai – ja torstaiaamuisin klo 08.00–09.30. Maanantaina tapahtuva valmennus on sekä lajipainotteista että kehonhallinta – ja koordinaatiotyyppistä fysiikkavalmennusta. Lajipainotteisista akatemiaharjoituksista maanantaisin vastaa lajinsa akatemiavalmentaja (jääkiekko, koripallo) ja fysiikkavalmennuksista oppilaitoksien liikunnan lehtorit (Inkeroinen, Valkeala, Kuusankoski). Fysiikkavalmennusryhmät oppilaitoksissa käynnistyivät vasta lukuvuoden 2011–2012 alussa (ei näy urheilijakyselyissä) ja niihin osallistuu noin 20–30 urheilijaa viikoittain, kahdeksasta eri lajista. Lisäksi lajivalmennuksiin maanantaisin osallistuu kahdeksan koripalloilijaa ja kolme talent-jääkiekkoilijaa.

Varsinaiset akatemian järjestämät lajiharjoitukset ovat koulun työpäivinä tiistai – ja torstaiaamuisin (noin 60–70 harjoitusta / lukuvuosi). Kaikki akatemiassa mukana olevat urheilijat osallistuvat akatemiaharjoituksiin tiistai – ja torstaiaamuisin. Varsinaista lajivalmennusta akatemia tarjoaa 11:sta eri lajille ja muiden urheilijoiden valmennuksesta vastaa urheilijan henkilökohtaiset valmentajat / seuravalmentajat.

Kouvolan urheiluakatemian valmennuksen tavoitteena on:

1. Edistää huippu-urheilijaksi kasvamista ja urheilija-uralla kehittymistä
2. Koordinoida ja kehittää urheiluakatemian valmennustoimintaa
3. Kehittää akatemiavalmennusta yhdessä urheiluseurojen, lajiliittojen ja oppilaitosten kanssa

#### 4. Tukea iltaisin urheiluseuroissa tapahtuvaa urheilijoiden varsinaista lajivalmennusta

##### 4.3.2 Jalkapallovalmennus

Kouvolan urheiluakatemian jalkapallovalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Petteri Mäkelä, Jari Vento, Henri Halonen ja Jukka Lindström. Jalkapalloilijat harjoittelivat kolmessa ryhmässä; Myllykoskella, Kouvolassa ja Kuusankoskella. Harjoituspaikkoina olivat Sami Hyypiä-areena, Myllykosken maapohjahalli, Saviniemen kenttä ja Lehtomäen kenttä. Säännöllisesti jalkapallon akatemiaharjoituksiin osallistui yhteensä 25 jalkapalloilijaa. Kouvolan harjoitusryhmään kuului 10-12 jalkapalloilijaa, jossa tiistaisin oli mukana myös yläkoulun lahjakkaita jalkapalloilijoita. Kuusankosken ja Myllykosken harjoitusryhmiin kuului molempiin 6-8 jalkapalloilijaa. (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010-2011)

Jalkapallossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. (pl. Lehtomäen jalkapalloryhmä klo 07.30-09.00) Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. syöttö ja vastaanotto tai pääpelit) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteena on henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

##### 4.3.3 Jääkiekkovalmennus

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Petri Varjonen, Antti Karhula ja Vesa Kolsi. Jääkiekkoilijat harjoittelivat Kouvolan jäähallissa ja Inkeröisten jäähallissa. Jääkiekon valmennusryhmiin kuului yhteensä 25 jääkiekkoilijaa.

Jääkiekossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Lisäksi maanantaisin on muutamille talenteille järjestetty lisäharjoitusmahdollisuus. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. pienpelit, maalinteko jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

##### 4.3.4 Koripallovalmennus

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Jyri Lehtonen ja Antti Hurri. Koripalloilijoiden harjoituspaikkana toimi Mansikka-ahon urheiluhalli. Koripallon valmennusryhmään kuului kaikkiaan kahdeksan koripalloilijaa. Koripallossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä maanantaisin klo 10-11, tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. vapaaheitot, 1 vs. 1 –tilanteet jne.) ja val-



mennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.3.5 Lentopallovalmennus**

Lentopallon akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Timo Väre. Lentopalloilijoiden harjoituspaikkana toimi Kouvolan Lyseon lukion liikuntahalli, Haanojan haali ja Valkeala-talo. Lentopallon valmennusryhmään kuului kaikkiaan 14 lentopalloilijaa.

Lentopallossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. hyppysyöttö, torjunta jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.3.6 Pesäpallovalmennus**

Pesäpallon akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Mikko Hylkilä. Pesäpalloilijoiden harjoituspaikkoina toimivat KSS Energia areena ja Kouvolan kuntotalo. Pesäpallon valmennusryhmään kuului kaikkiaan 11 pesäpalloilijaa.

Pesäpallossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. näpyt, kumuryllynnit jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.3.7 Yleisurheiluvalmennus**

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Antti Vainikka ja Jari Eronen. Yleisurheilijoiden harjoituspaikkoina toimivat Kouvolan jäähalli, Kouvolan urheilupuisto ja sen lähialueet. Säännöllisesti yleisurheilun akatemiaharjoituksiin osallistui kaikkiaan kuusi urheilijaa. Yleisurheilussa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.3.8 Painivalmennus**

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010-2011 Marko Sillanpää. Painijoiden harjoituspaikkana toimi Kouvolan jäähallin painisali. Painin akatemiaharjoitusryhmään kuului kaikki-

aan seitsemän urheilijaa.

Painissa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (yliheitot, puikkaukset, vyörytykset jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.3.9 Amerikkalaisen jalkapallon valmennus**

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010–2011 Mika Lindholm. Harjoituspaikkana toimi muun muassa Kouvolan jäähallin kuntosali. Amerikkalaisen jalkapallon harjoitusryhmään kuului kaikkiaan viisi urheilijaa.

Amerikkalaisessa jalkapallossa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. heitot, ketteryys/nopeusharjoitukset jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

#### **4.4 Golfvalmennus**

Akatemiavalmennuksesta vastasi lukuvuonna 2010–2011 Tommi Henttu ja Kimmo Meier. Harjoituspaikkana toimi Kuusankosken Eerola. Golfin akatemiavalmennusryhmään kuului kaikkiaan neljä urheilijaa.

Golfissa on ohjattuja lajiharjoituksia koulun työpäivinä tiistaisin ja torstaisin klo 08.00-09.30 välisinä aikoina. Akatemiaharjoitusten teema vaihtuu viikoittain (esim. tarkkuuslyönnit, puttaukset, pituuslyönnit jne.) ja valmennus on hyvin yksilöllistä. Valmennuksen tavoitteet ovat henkilökohtaisen taidon kehittämisessä.

##### **4.4.1 Yksilölajien valmennuksen koordinointi**

Jarkko Heimonen koordinoi yksilölajien valmennusta yhdessä akatemiajohtajan kanssa. Jarkon johdolla ko. lajien urheilijat kokoontuivat kerran kuukaudessa yhteen ja Jarkko antoi tarvittavat ohjeet jatkoharjoitteluun ja piti yhteyttä yksilölajien henkilökohtaisiin valmentajiin.

##### **4.4.2 Muu valmennustoiminta**

Lukuvuoden 2010–2011 aikana toteutettiin fysiikka/erikoisvalmennusta muun muassa lento-

palloilijoille ja yleisurheilijoille. Painonnostovalmennusta opetti lentopalloilijoille Kimmo Simonen.

Jarkko Heimosen ja Niko Nakarin johdolla lukuvuoden 2010 - 2011 aikana akatemiaurheilijat pääsivät kokeilemaan kinesis-harjoittelua Kymen Aktiivikuntoutus Oy:n tiloissa. Akatemialajit vuorollaan valmentajien johdolla osallistuivat kinesis-harjoituksiin.

Kouvolan urheiluakatemiaan kuuluivat valmennuslajien urheilijoiden lisäksi lukuvuonna 2010 - 2011 urheilijoita seuraavista lajeista: tennis, salibandy, motocross, uinti, hiihto, jousiammunta, kilpatanssi, pyöräily ja suunnistus. Ns. ei-valmennuslajien urheilijat harjoittelivat akatemiamuina omien seuravalmentajien ohjeiden ja harjoitussuunnitelmien mukaisesti. Harjoitusten toteutumista seurattiin muun muassa harjoituspäiväkirjojen ja harjoitussuunnitelmien avulla, joita yksilölajien urheilijat palauttivat akatemiajohtajalle. (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010–2011)

#### **4.4.3 Akatemiaurheilijoiden harjoitusmäärät lukuvuonna 2010–2011**

Kouvolan urheiluakatemiassa on toteutettu lukuvuonna 2010–2011 yhteensä 1507 harjoitusta. Urheiluakatemian järjestämissä harjoituksissa on ollut kaikkiaan 18 eri lajin urheilijoita. Säännöllisesti urheiluakatemian järjestämiin harjoituksiin on osallistunut 115 urheilijaa. Valmennustunteja urheiluakatemian kautta on kertynyt kaikkiaan noin 2500 tuntia. (Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus lv 2010–2011)

#### **4.5 Urheilijoiden ja valmentajien koulutus**

Kouvolan urheiluakatemian opiskelijoille järjestettiin 1 - tason valmentaja – ja ohjaajakoulutusta lukuvuonna 2010 - 2011. Koulutusten järjestämisen tavoitteena oli lisätä akatemiaurheilijan tietotaitoa ja saada uusia ideoita omaan lajiharjoitteluun. Urheiluakatemian valmentajien koulutuksen tarkoituksena oli kehittää sekä valmentajien välistä yhteistyötä lajin välillä että akatemiavalmennuksen laatua.

##### **4.5.1 Opettaminen ja taidon oppiminen ja Tervetuloa ohjaajaksi - koulutukset**

Opettaminen ja taidon oppimisen perusteet – koulutuksiin (9h) osallistui kaikkiaan 20 opiskelijaa. Kouluttajana toimi Sami Vastamäki. Koulutukset pidettiin 2.10.2010 ja 9.4.2011. Koulutuspaikkana toimi Kouvolan urheilupuiston koulu.

Tervetuloa ohjaajaksi – koulutuksiin (3h) osallistui yhteensä 44 opiskelijaa. Tervetuloa ohjaajaksi on Nuoren Suomen koulutus, joka on suunnattu aloitteleville 6-11-vuotiaiden lasten ohjaajille ja valmentajille. Koulutukset pidettiin lyseon lukion auditoriossa lokakuussa 2010 ja toukokuussa 2011. Kouluttajina toimivat Jenni Kannisto ja Jarno Kiintola. (Kouvolan urheiluakatemia toimintakertomus lv 2010-2011)

#### **4.5.2 Urheiluravitsemus ja antidoping**

Urheiluravitsemuksen perusteet – koulutus pidettiin toukokuussa 2011. Koulutukseen osallistui kaikkiaan 15 akatemiaopiskelijaa ja kaksi valmentajaa. Koulutuspaikkana oli lyseon lukion auditorio. Kouluttajana toimi Kirsi Kiiskinen.

Antidopingkoulutus pidettiin lyseon lukion auditoriossa 13.12.2010. Kouluttajana toimi Pekka Pitkälä Suomen Antidopingtoimikunta (ADT) ry:stä. Koulutukseen osallistui yhteensä 80 akatemiaurheilijaa, valmentajaa ja opettajaa. (Kouvolan urheiluakatemia toimintakertomus lv 2010-2011)

#### **4.5.3 Urheilulääketieteen ilta ja kinesioteippaus**

Kouvolan urheiluakatemia oli mukana Kymenlaakson Liikunnan ja Kouvolan Lääkäriaseman kanssa järjestämässä 29.9.2010 ”urheilulääketieteen iltaa”, jossa oli luennoitsijoina Harri Hakkarainen ja Ilkka Tulikoura. Seminaari houkutteli paikalle 252 osallistujaa!

Kinesioteippauskoulutus (6h) järjestettiin 2.4.2011. Kinesioteippauskoulutuksen kouluttajina toimivat Tom Kåla ja Juha Lantto. Koulutukseen osallistui kaikkiaan 30 henkilöä, joista neljä on mukana akatemiavalmennuksessa. (Kouvolan urheiluakatemia toimintakertomus lv 2010-2011)

#### **4.5.4 Huippu-urheilun päivä**

Olympiavoittaja, huippu-urheilun muutosryhmän jäsen Tapio Korjus vieraili 14.1.2011 Kouvossa. Vierailun tarkoituksena oli tutustua Kouvolan urheiluakatemia toimintaan, tavata kaupungin edustajia ja keskustella kouvolaisten huippu-urheiluseurojen (MyPa, KooKoo, Kouvot ja KPL) edustajien kanssa suomalaisen huippu-urheilun tulevaisuudesta. (Kouvolan urheiluakatemia toimintakertomus lv 2010-2011)

Huippu-urheilun päivän yhteydessä järjestettiin akatemiaurheilijoille, valmentajille ja muille kiinnostuneille Mansikka-ahon urheiluhallilla Kouvossa koulutus aiheesta ”koulupainin so-

veltaminen liikunnanopetukseen ja lajivalmennukseen”. Koulutukseen osallistui noin 80 urheilijaa, valmentajaa ja opettajaa. Koulupainidemon kouluttajina toimivat painin nuorten olympiavalmentajat Marko Yli-Hannuksela ja Juha Lappalainen. Tapio Korjus piti yleisölle avoimen luennon Mansikka-ahon koulun auditoriossa aiheesta ”suomalaisen huippu-urheilun tulevaisuus”. Luennolle osallistui noin 30 henkilöä. (Kouvolan urheiluakatemia toimintakertomus lv 2010-2011)

#### **4.6 Opiskeluolosuhteet**

Kouvolan urheiluakatemia mahdollistaa harjoittelun kaikissa Kouvolan toisen asteen oppilaitoksissa (lukiot ja ammattiopistot) ja Kymenlaakson ammattikorkeakoulussa. Tämän lisäksi tiivistä yhteistyötä tehdään muutaman yläkoulun kanssa. Urheiluakatemiassa on näin ollen mahdollisuus harjoitella käytännössä koko nuoruus ja varhaisaikuisuus. Oppilaitokset ovat tärkeässä asemassa mahdollistamassa nuoren urheilijan mahdollisuuksia kehittyä sekä opiskelijana että urheilijana. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

Opiskellessa sekä Kouvolan seudun ammattiopistossa että kouvoolalaisessa lukiossa voi urheiluakatemiasta kertyä maksimissaan 10 kurssia. Lisäksi jos urheilija osallistuu Kuusankosken lukiossa, Anjalankosken lukiossa tai Valkealan lukiossa liikunnanopettajien pitämiin kouluvalmennusryhmiin on mahdollisuus jopa 13 kurssiin akatemiasta. Lukioissa sekä ensimmäiseltä että toiselta vuosikurssilta kertyy maksimissaan neljä kurssia ja viimeiseltä vuodelta kaksi. Ammattiopistossa kursseja kertyy joka vuosikurssilta maksimissaan kolme ja akatemialaisille järjestettäviltä valmentaja - ja ohjaajakoulutuksista tulee vielä yksi lisää. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

#### **4.7 Opinto-ohjauksen käytänteet Kouvolan urheiluakatemiassa**

Kouvolan urheiluakatemiassa opinto-ohjauksen käytänteet ovat koulukohtaisia ja varsinaista yhteistä linjaa akatemiassa mukana olevien urheilijoiden henkilökohtaisen opinto – ja valmennussuunnitelman kehittämiseen ei ole vielä tehty. Akatemiajohtaja on tehnyt syksyisin ja keväisin ns. koulukierroksia akatemiassa mukana oleviin oppilaitoksiin. Keskusteluissa ovat olleet mukana oppilaitoksen rehtori, opinto-ohjaaja ja akatemiajohtaja. Keskusteluissa käydään läpi muun muassa akatemiassa mukana olevien urheilijoiden opintoihin liittyviä asioita.

Esimerkiksi Kuusankosken lukiossa opiskelevien akatemiaurheilijoiden ryhmänohjaajana toimii lukion opinto-ohjaaja ja tämän kautta hän on ”vastuussa” urheilijoiden koulunkäynnin etenemisestä. Kouvolan seudun ammattiopiston Tornionmäen toimipisteessä opinto-ohjaaja

on yhteydessä säännöllisesti urheilijoiden ryhmänohjaajiin ja etsii yhdessä akatemiajohtajan kanssa joustavia opiskeluratkaisuja koulunsa sisällä. Koululla on esimerkiksi järjestetty tiedotustilaisuuksia, johon on kutsuttu akatemiassa mukana olevat urheilijat ja heidän ryhmänohjaajansa. Tiedotustilaisuuden ovat ideoineet koulun opinto-ohjaaja ja akatemiajohtaja yhdessä. Lisäksi koulun sisällä on pyritty luomaan positiivista kuvaa urheiluakatemiasta myös verkkolehden kautta.

Lisäksi yhteistyötä tehdään Kouvolan seudun peruskoulun opinto-ohjaajien kanssa urheiluakatemiaan tiedottamisessa ja markkinoinnissa. Vuosittain akatemiajohtaja kiertää Kouvolan seudun kaikki yläkoulut kertomassa muun muassa Kouvolan urheiluakatemiaan hakukriteereistä ja muista akatemiaan liittyvistä yleisistä asioista.

#### **4.7.1 Opinto-ohjauksen kehittämistoimenpiteet Kouvolan urheiluakatemiassa**

Erään akatemiassa mukana olevan lukion rehtori on esittänyt urheiluakatemialle, että akatemiaan pitäisi pyytää lukion jaksotodistus nähtäville varsinkin ongelmatilanteissa (opinnot eivät etene). Tämä varmistaisi sen, että akatemiassa jatkaminen ei ole etuoikeus vaan sen vastineeksi myös opintojen pitää sujua. Mikäli opinnot eivät suju, niin akatemiatoiminta ei opiskelijan osalta jatku.

Vähän tuntuu, että meidän pitäisi löytää koko Kouvolaa koskeva toimintatapa opintojen etenemisen ongelmatilanteissa.

Lukion kannalta opiskelijan opintotiedot ovat opettajan, huoltajan ja opiskelijan välisiä asioita. Meillä ei ole oikeutta keskustella niiden ongelmista akatemian kanssa, joten emme voi myöskään tätä kautta vaikuttaa akatemiassa olemiseen tai olemattomuuteen.

Emme edes periaatteessa voi ilmoittaa akatemialle, että ongelmia on. Mutta jos akatemiaan tullut nuori ja hänen huoltajansa ovat tehneet ja allekirjoittaneet sopimuksen, missä akatemialla on mahdollisuus saada ongelmatilanteissa opiskelijan opintotilanteesta ongelmien osalta tietoa, niin tilanne on tietysti erilainen. Mutta lukiolla on oltava selkeä kirjallinen todiste siitä, että oikeus tietojen antamiseen on huoltajan hyväksymä ja opiskelijan tiedossa.

#### **4.8 Tukipalvelut**

Kolmas tärkeä urheiluakatemioiden toiminnan painopiste ovat tukipalvelut. Eniten tukipalveluista urheilijat tarvitsevat perinteisesti fysioterapia-, hieronta- ja urheilulääkäripalveluita.

Tosin myös urheiluun epäsuorasti liittyvät tukipalvelumuodot, kuten ura- ja opintopalvelut,

ovat koettu urheilijoiden parissa erittäin tärkeiksi. Akatemian kautta urheilijat saavat tukipalvelut nopeasti ja edullisesti käyttöönsä. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 2006)

Urheiluakatemioiden visiona on tulevaisuudessa olla alueellisia huippu-urheilun osaamiskeskustoja, joiden toiminta perustuu asiantuntijaverkostoon. Lajiliitot ja paikalliset seurat vastaavat valmennuksesta, oppilaitokset koulutusjärjestelyistä ja tukipalveluiden tuottajat laadukkaista tukipalveluista. Akatemian tehtävänä on verkottaa nämä eri toimijat yhteen ja koordinoita niiden toimintaa. Kehittyessään akatemioilla on mahdollisuus muodostua suomalaisen urheilujärjestelmän kivijaloiksi. Niiden kautta urheilijoille pystytään tarjoamaan kokonaisvaltainen valmennusohjelma, joka huomioi niin urheilun kuin siviilielämänsä haasteet. Akatemit voisivatkin osaltaan olla suomalaisen urheilun vastaus kansainvälisen huippu-urheilun tason nousuun ja laajenemiseen. (Liikunnan ja Urheilun Maailma 2006)

#### **4.8.1 Kouvolan urheiluakatemia tukipalvelut**

Urheiluakatemia tarjoaa akatemiaurheilijoille monipuoliset ja helposti saavutettavat tukipalvelut ilmaiseksi tai edullisin hinnoin. Urheiluakatemia tukipalvelut koostuvat mm. hieronta-, kuntosalin ja fysioterapiapalveluista. Urheiluakatemiassa on sopimukset Fysioterapia Niina Immosen, Kuusaan Kunto-Mekka Oy:n ja Fysioterapia Tommi Heinonen Ky:n kanssa. Jälkimmäinen yhteistyökumppani järjestää hierojakoulutusta (hieronta-akatemia), johon urheiluakatemiaopiskelijalla on mahdollisuus osallistua omakustanteisesti tosin erittäin edulliseen hintaan. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

Kuusaan Kunto-Mekka Oy on jo yli 10-vuotta Kuusankoskella toiminut kuntosalilyritys, johon kuuluu myös tärkeänä osana hierontapalvelut. Kouvolan urheiluakatemiaan kuuluva oppilas saa Kuusaan Kunto-Mekka Oy:stä tukipalveluja, joita nuoret huippu-urheilijat tarvitsevat kehittääkseen lajiensa vaatimia ominaisuuksia. Yhteistyösopimus pitää sisällään muun muassa Kouvolan urheiluakatemiaan kuuluville urheilijoille alennuksia ko. yrityksen kuntosalikorteista ja lisäravinteista. Lisäksi sopimukseen kuuluu mainosyhteistyötä. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

Kouvolan urheiluakatemia on tehnyt jo tovin yhteistyötä Kouvolan Lääkäriasema Ky:n kanssa. Yhteistyö sisältää muun muassa räätälöidyn urheilijan terveystarkastuksen, johon urheilija voi osallistua omakustanteisesti. Vuoden 2009 syksyllä akatemiaurheilijoita kävi terveystarkastuksessa kaikkiaan viisi opiskelijaa ja vuonna 2010 terveystarkastukseen on ilmoittautunut jo 10 urheilijaa. Terveystarkastus sisältää fysioterapeutin- ja lääkärin vastaanotot sekä laboratoriokoosteet. (Kouvolan urheiluakatemia 2011)

Kymen Aktiivikuntoutuksen kanssa on tehty vuodesta 2009 asti yhteistyötä. Akatemiaurheilijoilla on ollut mahdollisuus akatemia-aamuina käydä ohjatuissa kinesis-harjoituksissa ja lisäksi urheilijat ovat saaneet alennuksia muun muassa yrityksen normaalihintaisista fysioterapiapalveluista.



## 5 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelmat

Tutkimuskohteeksi valittiin toisella asteella opiskelevat urheilijat, koska opiskelun ja urheilun yhdistämistä toisella asteella on tutkittu varsin vähän. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis – ja opiskeluolosuhteista Kouvolan urheiluakatemiassa.

Opiskelun ja urheilun yhdistäminen toisella asteella on välillä haasteellista. Tässä tutkimuksessa oli tarkoituksena selvittää miten opiskelijat ovat kokeneet muun muassa valmennus-, opiskelu ja tukipalvelujen kehittymisen Kouvolan urheiluakatemiassa. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin, oliko eri oppilaitoksissa opiskelevien akatemiaurheilijoiden ja lajien välillä eroja.

### 5.1 Tutkimusongelmat

1 Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis – ja opiskeluolosuhteista eri oppilaitoksissa

1.1 Kuinka säännöllisesti akatemiaurheilijat osallistuvat viikoittain aamuvalmennustunneille eri oppilaitoksissa?

1.2 Onko oppilaitoksien välillä eroja akatemiaurheilijaan suhtautumisessa?

2 Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis – ja opiskeluolosuhteista eri lajeissa

2.1 Onko akatemiaharjoittelusta ollut hyötyä urheilijana kehittymiseen/urheilusuuorituksiin eri lajeissa?

2.2 Kuinka säännöllisesti keskimäärin akatemiaurheilijat osallistuvat viikoittain aamuvalmennustunneille eri lajeissa?

2.3 Onko urheiluakatemian valmennuksen tasossa eroja eri lajien välillä?

2.4 Onko akatemiaurheilijaan suhtautumisessa eroja eri lajien välillä?

3 Urheiluakatemian tukipalvelut ja vetovoimaisuus

3.1 Mitä erilaisia tukipalveluja urheilijat käyttävät?

3.2 Kuinka moni akatemiaurheilijoista jäi Kouvolaan opiskelemaan ja urheilemaan urheiluakatemian takia?

## 6 Tutkimusmenetelmät

Tutkimuksen suunnittelu ja ideointi alkoi syksyllä 2009, jolloin Kouvolan urheiluakatemia oli ollut toiminnassa reilun vuoden. Tutkimuksen toteuttamisesta keskusteltiin sekä akatemiaa hallinnoivan Kymenlaakson Liikunnan että akatemiahanketta rahoittavan Kouvolan kaupungin päättäjien kanssa. Oli alusta asti selvää, että urheiluakatemiahankkeen etenemisestä on saatava lisätietoa.

### 6.1 Kohdejoukko, kyselyn laadinta ja aineiston keruu

Tiedustelin ensimmäisen kerran vuoden 2009 loppupuolella muilta Suomessa toimivilta urheiluakatemiaoilta ovatko he kysyneet akatemiaurheilijoiltaan palautetta toiminnasta. Aika pian selvisi, että suurin osa vuonna 2009 Suomessa toiminnassa olevista urheiluakatemiaista (14) eivät olleet kysyneet urheilijoilta palautetta tai teettäneet esimerkiksi urheilijakyselyä. Kaksi urheiluakatemiaa vastasi tiedusteluihini palautekyselystä, joista toinen oli Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia ja toinen Lapin urheiluakatemia.

Tutkimuksessa käytettävää kyselyä suunnitellessani tutustuin Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiasa ja Lapin urheiluakatemiasa urheilijoille teetettyihin kyselyihin. Kyselyihin perehdyttyäni tarkemmin, mietin miten Kouvolan kaupunki, Kouvolan urheiluakatemian johtoryhmä, akatemiavalmentajat ja muut sidosryhmät saisivat urheilijakyselyn kautta mahdollisimman selkeän kuvan akatemiahankkeen etenemisestä, joissa valmennuksen laatua ja opiskelijoiden olosuhteita eri kouluissa tutkittaisiin.

Kysely laadittiin yhteistyössä Kymenlaakson Liikunnan, Kouvolan kaupungin ja urheiluakatemian johtoryhmän kanssa. Laadittuani ensimmäisen version kyselystä, lähetin kyselyn Kouvolan kaupungin ja akatemiaa hallinnoivalle Kymenlaakson Liikunnalle, jotka hyväksyivät urheilijoille teetettävän kyselyn. Kyselyä käsiteltiin urheiluakatemian johtoryhmässä ja Kymenlaakson Liikunnan hallituksessa, joihin kuuluivat oppilaitosten ja seurojen edustajia.

Tutkimuksessa käytetty kysely (Liite 2.) koostui yhteensä 22 eri kysymyksestä. Kysely voidaan jakaa viiteen eri osioon niiden käsittelemien aihealueiden perusteella. Ensimmäinen osio (kysymykset 1-3) käsittelevät vastaajien taustatietoja, mitä oppilaitosta ja urheilulajia edustaa ja kuka toimii valmentajana. Toinen osio (kysymykset 4-11) käsittelevät Kouvolan urheiluakatemian harjoittelu- ja valmennusolosuhteita esimerkiksi akatemiaharjoituksiin osallistumista viikoittain keskimäärin, koulutus- ja valmennustilaisuuksiin osallistumista, akatemiaharjoittelun

hyötyä kehitykseen urheilijana, Kouvolan urheiluakatemian vetovoimaisuutta ja valmentaja-arviota. Kyselyn kolmas osio (kysymykset 12–17) käsittelivät akatemiaharjoittelun vaikutusta opiskeluun. Kyselyn neljäs osio (kysymykset 18–21) käsittelivät urheilijoiden tukipalveluita. Kyselyn viides osio (kysymys 22) käsittelivät yleisarviota Kouvolan urheiluakatemiasta. Lisäksi lopuksi urheilijoilla oli vapaa sana antaa palautetta (risut ja ruusut) Kouvolan urheiluakatemiasta.

Urheilijakysely teetettiin kertaluontoisena urheiluakatemian järjestämän huippu-urheilun päivän yhteydessä tammikuussa 2011. Huippu-urheilun päivä oli pakollinen urheiluakatemiaopiskelijoille ja se kuului urheiluakatemian opiskelijoille osana akatemiasta saatavia kursseja tai opintoviikkoja. Urheilijakyselyä toimitettiin tuon tammikuun koulutuspäivän lisäksi myöhemmin myös akatemian aamuvalmennustuntien yhteyteen, jolloin urheilijat täyttivät kyselyn. Lisäksi urheilijoille lähetettiin kysely sähköpostitse ja pyydettiin palauttamaan täytetty kysely akatemian toimistolle määräaikaan mennessä. Urheilijakyselyyn vastasi yhteensä 69 urheilijaa. Akatemiaurheilijoita lukuvuonna 2010–2011 oli yhteensä 120, joten vastausprosentiksi muodostui 57,5 %. Hylättyjä vastauksia ei ollut.

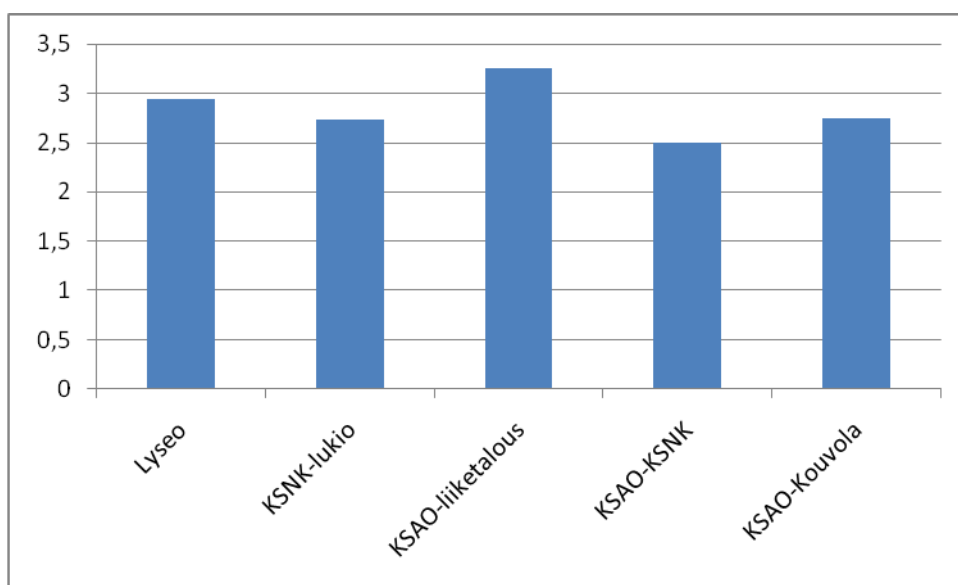
Tässä tutkimuksessa oli tarkoitus selvittää eri oppilaitoksissa ja lajeissa opiskelevien akatemiaurheilijoiden tilannetta, joten varsinaisesti 69:stä kyselyyn vastanneesta urheilijasta tutkimus koski 55:tä (oppilaitoksissa opiskelevat) ja 49:ää (lajien urheilijat).

Vastaajat olivat iältään suurimmaksi osaksi 16–19-vuotiaita. Kyselyihin vastanneet vaihtelivat sukupuolittain, lajeittain ja oppilaitoksittain. Urheiluakatemiassa opiskelee poikia noin 70% ja noin tyttöjä 30%. Kyselyssä ei määritetty erikseen sukupuolten välisiä vastauseroja. Tähän tutkimukseen käytetty aineisto oli selkeää ja hyvin ymmärrettävissä.

## 7 Tulokset

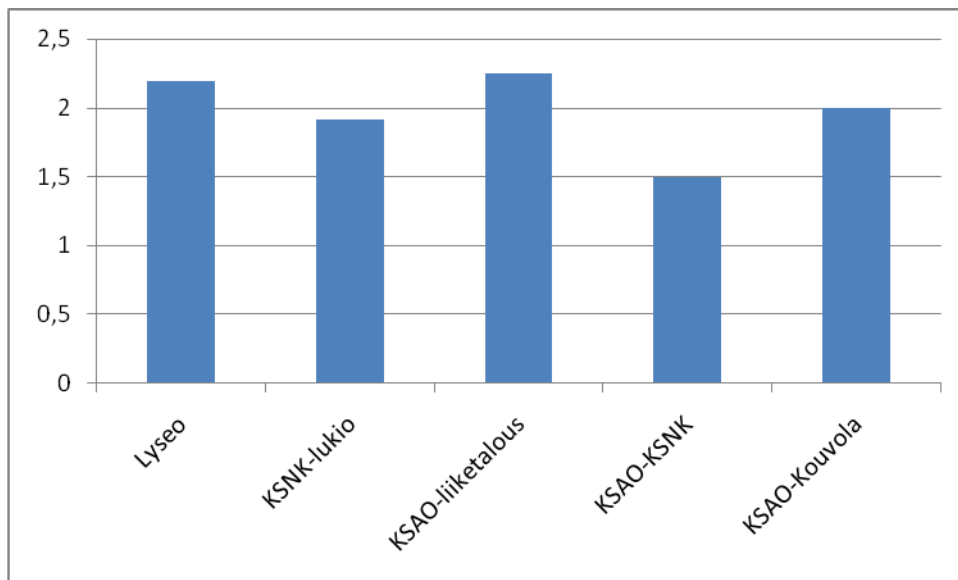
### 7.1 Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista eri oppilaitoksissa

Kouvolan urheiluakatemiassa on mukana kaikkiaan 13 oppilaitosta, joissa akatemiaurheilijat opiskelevat. Tässä tutkimuksessa valittiin tietoisesti viisi oppilaitosta, joiden harjoittelu-, valmennus ja opiskeluolosuhteita tutkittiin. Viisi oppilaitosta (Kuvio 1) valittiin urheilijoiden määrän perusteella, jotta saataisiin mahdollisimman todenmukainen kuva oppilaitoksen harjoittelu-, valmennus ja opiskeluolosuhteista.



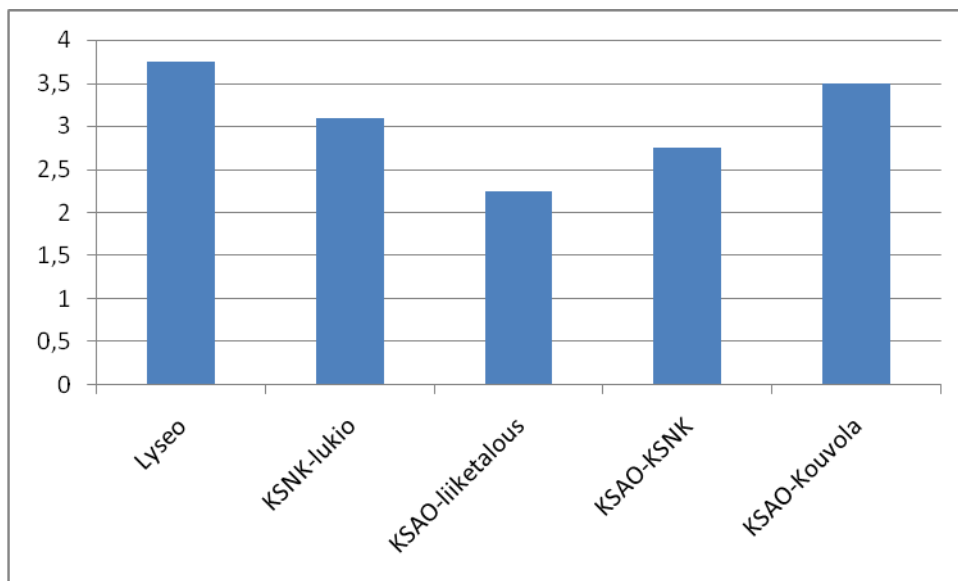
Kuvio 1. Akatemiaharjoittelun koettu hyödyllisyys urheilijana kehittymiseen/urheilusuurituksiin oppilaitoksittain asteikolla 1-4

Kouvolan seudun ammattiopiston liiketaloudessa opiskelevat akatemiaurheilijat kokivat akatemiaharjoittelusta olevan eniten hyötyä urheilijana kehittymiseen/urheilusuurituksiin ja Kuusankosken lukiossa opiskelevat kokivat hyödyn olleen kaikkein vähäisin (Kuvio 1)



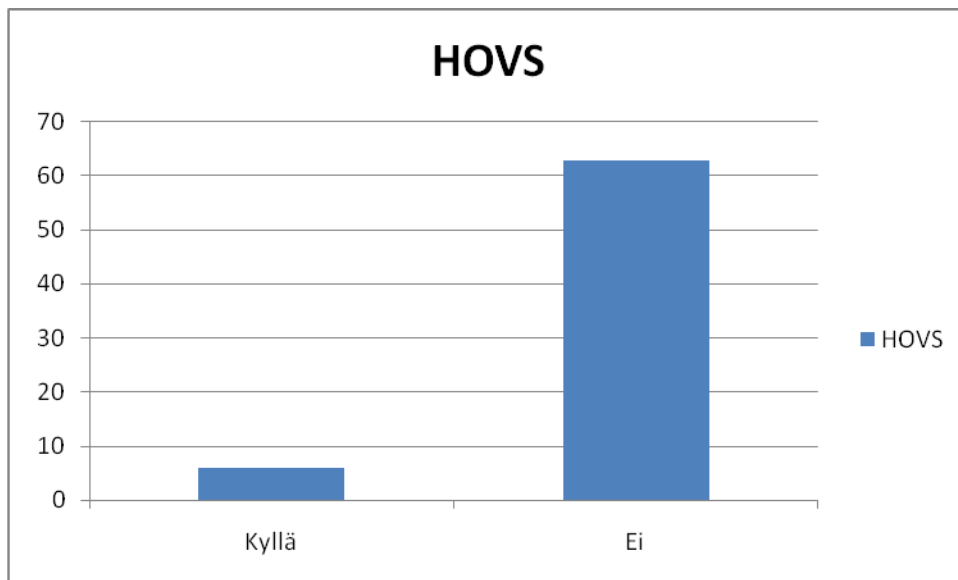
Kuvio 2. Urheilijoiden viikoittainen harjoituksiin osallistuminen akatemiaan kuuluvissa oppilaitoksissa

KSAO- liiketaloudessa opiskelevat akatemiaurheilijat osallistuivat akatemiaharjoituksiin viikoittain eniten (Kuvio 2). Urheilijat, joiden oppilaitoksena oli KSAO - Kuusankoski, osallistuivat viikoittain keskimäärin vähiten akatemiaharjoituksiin.



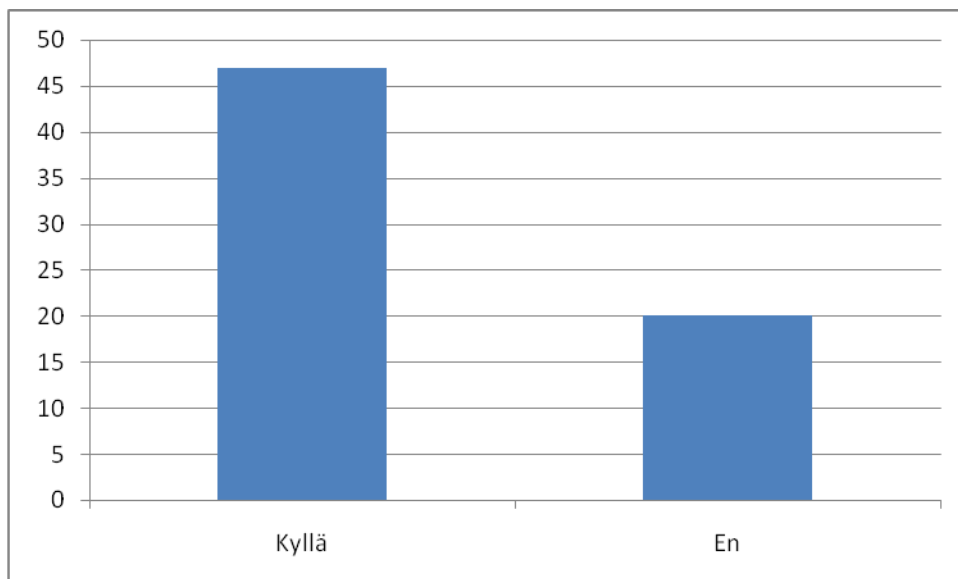
Kuvio 3. Urheilijoiden kokemukset oppilaitoksen suhtautumisesta akatemiaurheilijaan eri oppilaitoksissa asteikolla 1-5 (joustot opinnoissa, kannustavuus jne.)

Urheilijoiden kokemukset oppilaitoksen suhtautumisesta akatemiaurheilijoihin olivat kaikkein myönteisimmät Kouvolan Lyseon lukiossa ja kriittisimmät Kouvolan seudun ammattiopiston liiketalouden toimipisteessä. (Kuvio 3).



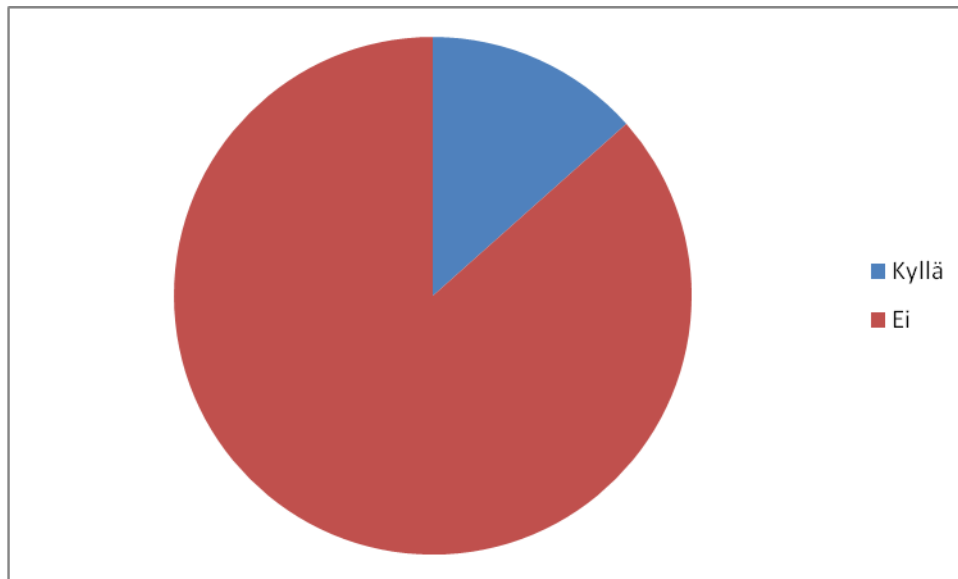
Kuvio 4. Henkilökohtaisen opinto – ja valmennussuunnitelman (HOVS) laatiminen akatemiaurheilijoille

Suurimmalle osalle urheilijoista ei ole laadittu henkilökohtaista opinto – ja valmennussuunnitelmaa.



Kuvio 5. Urheilijoiden tietoisuus akatemiayhdyshenkilöstä oppilaitoksissa

Akatemiaurheilijoista suurin tiosi kuka on heidän akatemiayhdyshenkilö oppilaitoksissa.

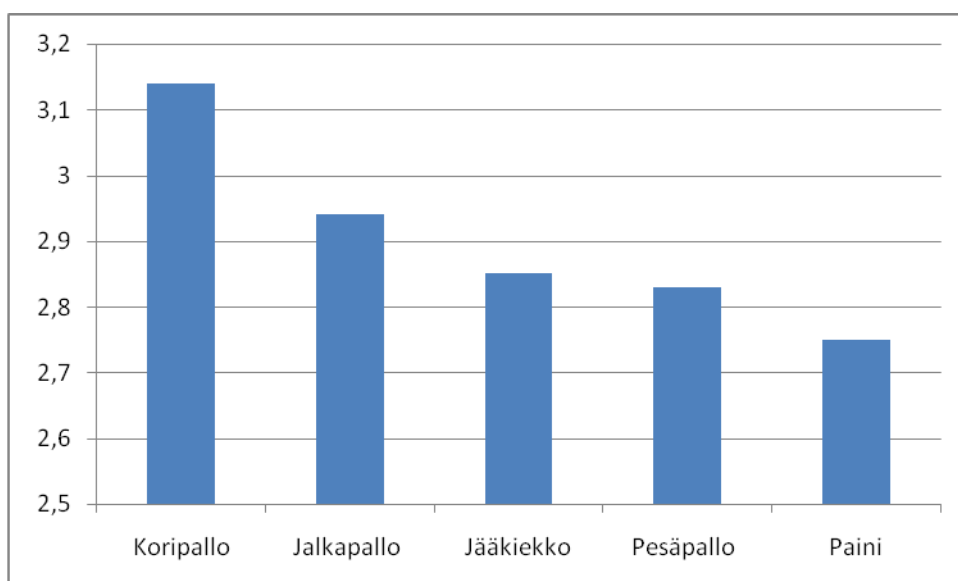


Kuvio 6. Osallistuminen akatemiaharjoituksiin pidentää opiskeluaikaani

Akatemiaurheilijoista suurin osa tulee käymään lukion tai ammattiopiston normaalissa ajassa eli kolmessa vuodessa.

## 7.2 Opiskelijoiden kokemuksia valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista eri lajeissa

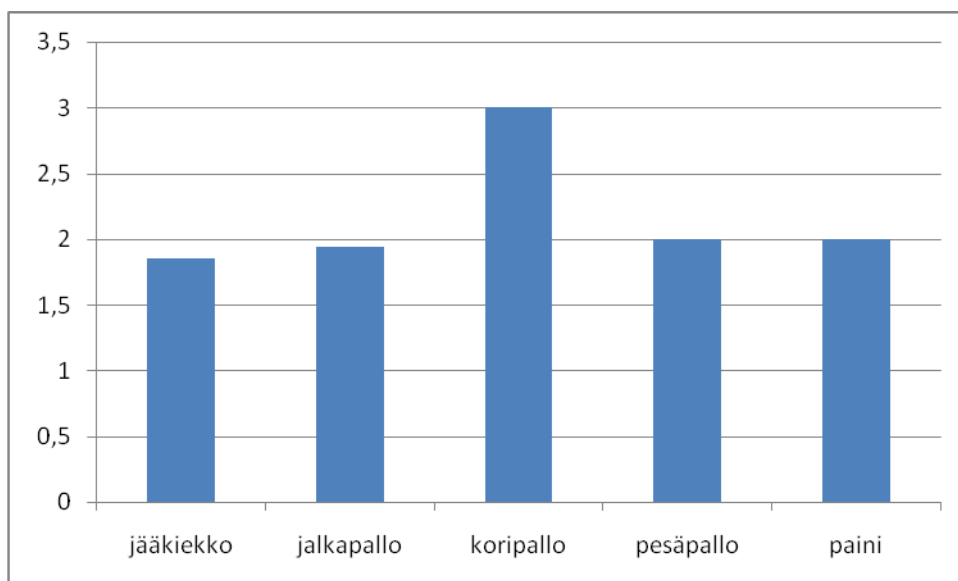
Kouvolan urheiluakatemiassa on mukana kaikkiaan 20 eri lajin urheilijoita. Tässä tutkimuksessa valittiin tietoisesti viiden lajin urheilijoita, joiden valmentautumis- ja opiskeluolosuhteita tutkittiin. Viisi lajia valittiin urheilijoiden määrän perusteella, jotta saataisiin mahdollisimman todenmukainen kuva eri lajien valmentautumis- ja opiskeluolosuhteista.



Kuvio 7. Akatemiaharjoittelun koettu hyödyllisyys urheilijana kehittymiseen/urheilusuurituksiin lajeittain asteikolla 1-4

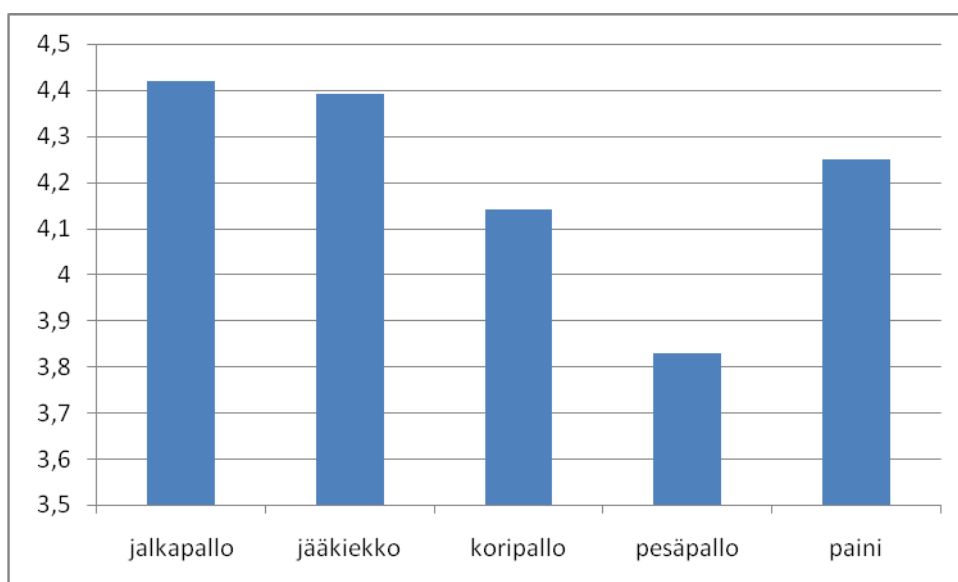
Koripalloilijat kokivat, että akatemiaharjoittelusta on ollut eniten hyötyä kehittymiseen urheilijoina/urheilusuorituksiin ja painijoiden kokemukset olivat taas kaikkein kielteisimmät.

(Kuvio 7)



Kuvio 8. Osallistuminen akatemiaharjoituksiin viikoittain keskimäärin eri lajeissa

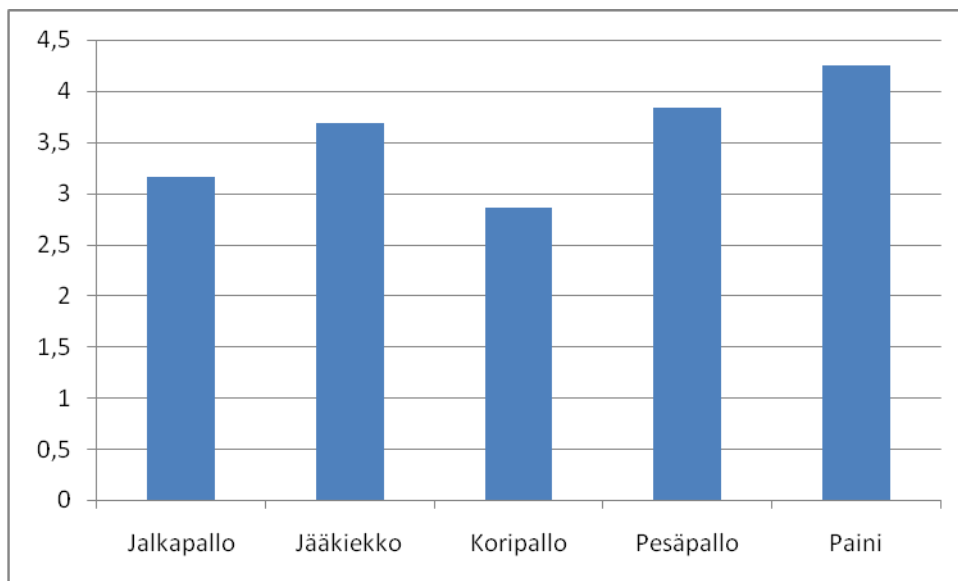
Koripalloilijat osallistuivat akatemiaharjoituksiin viikoittain eniten (kuvio 8). Urheilijat, joiden lajina oli jääkiekko, osallistuivat harjoituksiin vähiten.



Kuvio 9. Urheilijoiden kokemukset Kouvolan urheiluakatemia valmennuksen tasosta eri lajeissa (1= huono, 2= välttävä, 3= kohtalainen, 4 = hyvä, 5 = erinomainen)

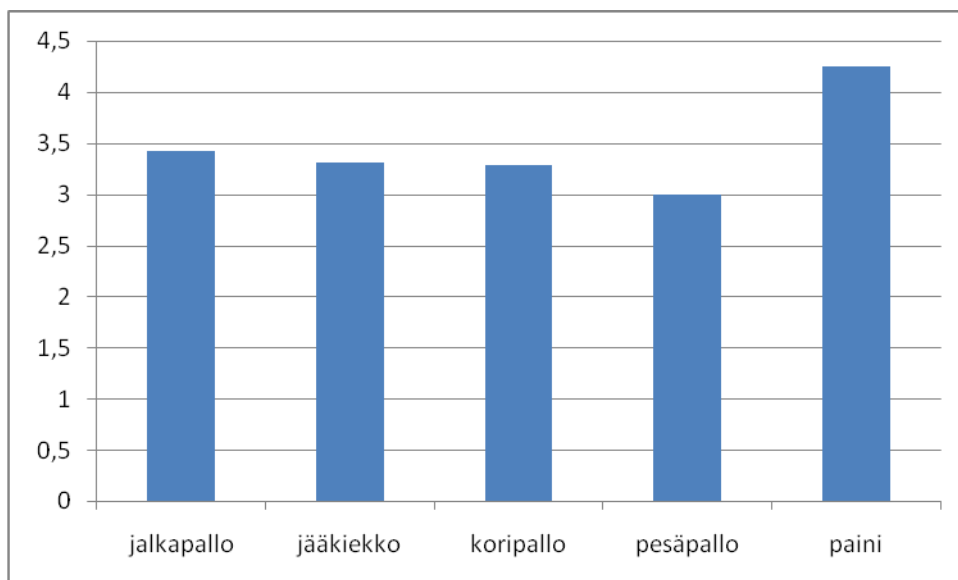


Urheilijoiden kokemana valmennuksen taso oli laadukkainta jalkapallossa ja pesäpallovalmennuksessa oli taas eniten kehitettävää. (Kuvio 9)



Kuvio 10. Urheilijoiden kokemukset koulun suhtautumisesta akatemiaurheilijaan eri lajeissa asteikolla 1-5 (joustop opinnoissa, kannustavuus jne.)

Urheilijoiden kokemukset koulun suhtautumisesta akatemiaurheilijaan olivat kaikkein myönteisimmät painijoilla ja kielteisimmät koripalloilijoilla. (Kuvio 10)



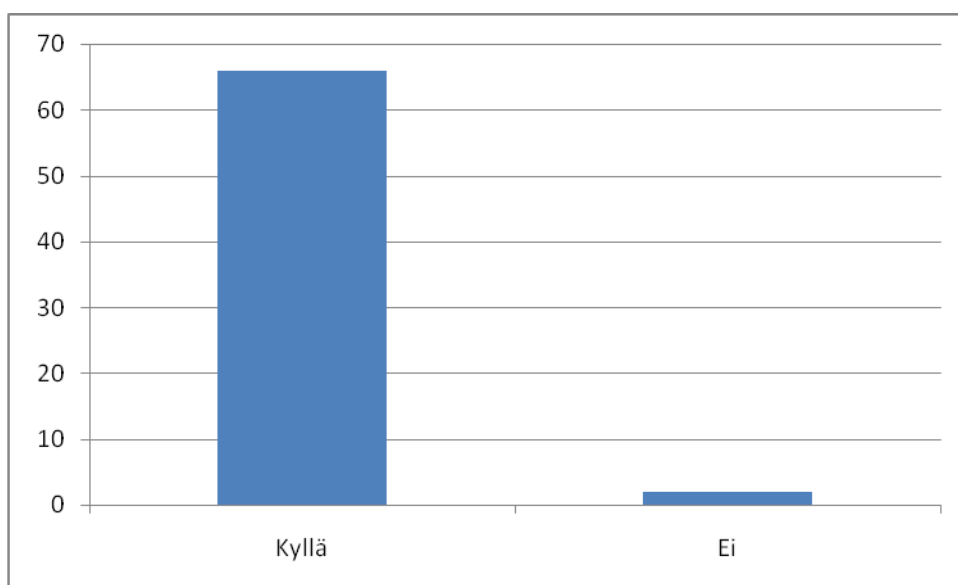
Kuvio 11. Urheilijoiden kokemukset akatemiaharjoittelun vaikutuksesta opintojen sujuvuuteen eri lajeissa asteikolla 1-5

Painijat kokivat akatemiaharjoittelusta olleen eniten positiivista vaikutusta opintojen sujuvuuteen. Pesäpalloilijat kokivat vaikutuksen olleen kaikkein vähäisin. (Kuvio 11)

### 7.3 Urheiluakatemian tukipalvelut ja vetovoimaisuus

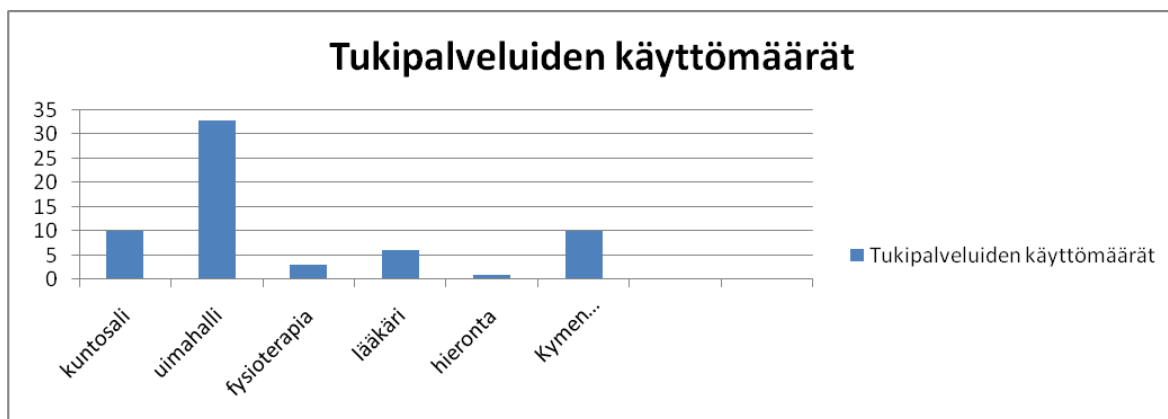
#### 7.3.1 Tukipalvelut

Kouvolan urheiluakatemian urheilijoilla on harjoittelu – ja valmennusolosuhteiden lisäksi järjestetty tukipalvelumahdollisuuksia. Tässä tutkimuksessa kysyttiin 69:ltä urheiluakatemian urheilijalta mitä eri tukipalveluja urheilijat ovat käyttäneet?



Kuvio 12. Akatemiaurheilijoiden tietoisuus käytettävissä olevista tukipalveluista

Lähes kaikki akatemiaurheilijat tietävät mitä kaikkia tukipalveluja urheiluakatemia tarjoaa. (Kuvio 12)

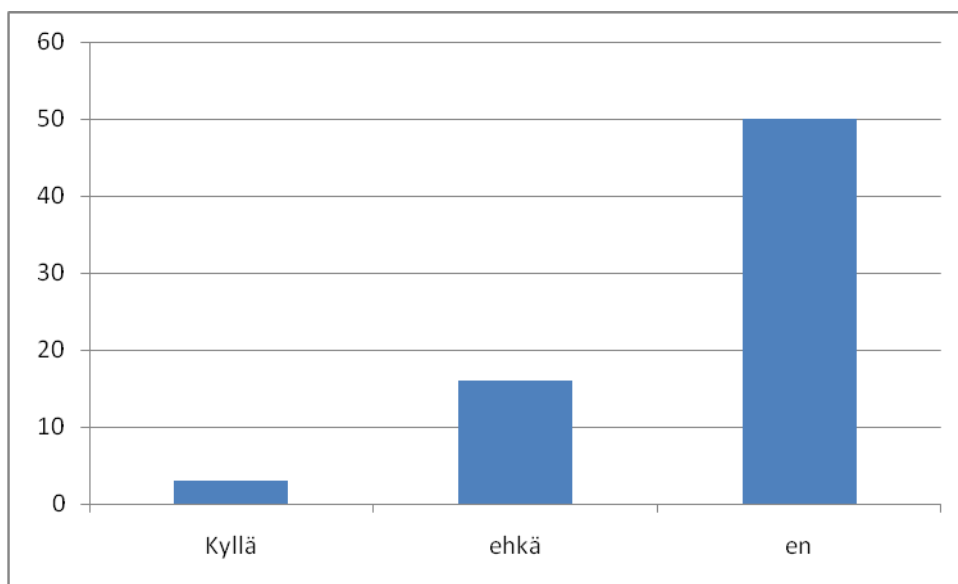


Kuvio 13. Akatemiaurheilijoiden tukipalvelujen käyttäminen palvelusektoreittain

Tukipalveluista suosituimmaksi urheilijoiden mielestä nousi maksuton uintimahdollisuus. Lähes puolet urheilijoista oli käyttänyt uimahallipalveluja. Hieronta – ja fysioterapiapalveluja urheilijat olivat käyttäneet kaikkein vähiten. Lisäksi vastauksista voidaan nostaa esille Kymen Aktiivikuntoutuksen merkitys tukipalvelujen tarjoajana (urheilijoilla mahdollisuus omavalmentukseen / yksilölliseen liikunnanohjaukseen).

### 7.3.2 Vetovoimaisuus

Tässä tutkimuksessa kysyttiin Kouvolan urheiluakatemiaa merkitystä akatemiaurheilijoiden jatko-opiskelupaikkavalinnoissa (lukio/ammattiopisto). Kuinka moni urheilija todellisuudessa olisi vaihtanut maisemaa ja muuttanut pois Kouvolasta, mikäli Kouvolalla ei olisi urheiluakatemiaa? Mielenkiintoista oli myös tietää kuinka moni harkitsi muuttamista?

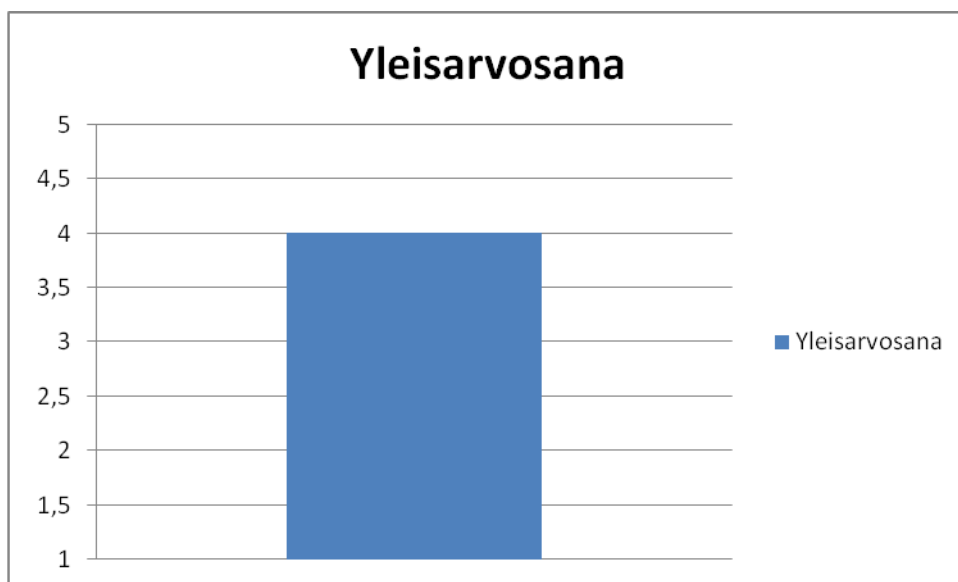


Kuvio 14. Olisitko lähtenyt muualle opiskelemaan, jos ei olisi Kouvolan urheiluakatemiaa?

Urheilijoiden vastauksista päätellen voidaan todeta, että suurin osa olisi jäänyt Kouvolaan opiskelemaan eikä varsinaisesti urheiluakatemialla ollut vaikutusta heidän päätöksiin jatko-opiskelun suhteen. Toisaalta neljännes urheilijoista oli sitä mieltä, että jos urheiluakatemiaa ei olisi Kouvolassa, niin he joko harkitsivat muuttamista pois Kouvolasta tai olisivat muuttaneet pois esimerkiksi Lahteen tai pääkaupunkiseudulle opiskelemaan.

### 7.3.3 Yleisarvosana

Urheilijoilta kysyttiin, että mitä he olivat mieltä Kouvolan urheiluakatemiasta kokonaisuudessaan. Tarkoituksena oli, että urheilijat punnitsisivat akatemiaa, kun vaakakupissa oli opiskelu ja valmennus.



Kuvio 15. Urheilijoiden antama yleisarvosana Kouvolan urheiluakatemialle asteikolla 1-5 (1= huono, 2= välttävä, 3= kohtalainen, 4 = hyvä, 5 = erinomainen)

Urheilijoiden mielestä Kouvolan urheiluakatemia oli kokonaisuudessaan hyvää tasoa. (vastauksien keskiarvo = 4,01)

## 8 Pohdinta

Tämän tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että Kouvolan urheiluakatemia on vaikuttanut positiivisesti nuorten urheilijoiden kehitykseen urheilijoina ja lisännyt urheilijoiden mahdollisuuksia kehittyä lajinsa huipulle laadukkaassa valmentautumisympäristössä ja joustavissa opiskelukratkaisuissa. Akatemiaurheilijat antoivat Kouvolan urheiluakatemialle yleisarvosanan asteikolla 1-5. Keskiarvosta muodostui lukema 4,01, josta voi päätellä, että urheilijoiden kokemukset opiskelun ja urheilun yhteensovittamisesta ovat kokonaisuudessaan hyvät.

Kouvolan Lyseon lukio on ollut lähes 20 vuotta liikuntapainotteinen lukio, joka on pystynyt tarjoamaan lajivalmennusta yhteistyössä seurojen kanssa ennen Kouvolan urheiluakatemian käynnistymistä vuonna 2008. Tässä tutkimuksessa oli mielenkiintoista selvittää, että onko Kouvolan Lyseon lukiossa opiskelevalla akatemiaurheilijalla esimerkiksi paremmat valmentautumismahdollisuudet kuin Kouvolan seudun ammattiopistossa opiskelevalla urheilijalla. Lisäksi oli mielenkiintoista selvittää ammattiopiston eri toimipisteiden välisiä eroja. Kouvolan urheiluakatemiassa on urheilijoita Kouvolan kuudessa lukiossa ja neljässä ammattiopiston toimipisteessä.

Kouvolan Lyseon lukiossa opiskelevat akatemiaurheilijat kokivat, että heihin suhtauduttiin koulussa myönteisesti ja myös akatemiaharjoituksiin osallistuminen oli heillä aktiivista. Lisäksi lyseossa opiskelevat akatemiaurheilijat kokivat kehittyneensä lajeissaan ja valmennuksesta oli ollut paljon hyötyä urheilusuorituksiin. Mielestäni tulokset olivat jossain määrin odotettuja, koska ensinnäkin Kouvolan Lyseon Lukiossa opiskelee akatemiaurheilijoista noin 40 % ja oppilaitoksella on pitkät perinteet liikuntapainotteisuudessa. Ennen urheiluakatemian käynnistymistä vuonna 2008 lyseon lukio oli pitkään ainut oppilaitos Kouvolan seudulla, jossa urheiluvalmennusta ja opiskelua pystyttiin yhdistämään ja valmennuksesta saatiin kursseja hyväksiluetua todistuksiin.

Kuusankosken lukio on ollut ns. normaali lukio, jossa ei ole ennen urheiluakatemian käynnistymistä tehty erityisiä järjestelyjä urheilijoiden opintojen helpottamiseksi. Kuusankosken lukiossa on ollut viimeisen kolmen vuoden aikana keskimäärin 15 akatemiaurheilijaa vuosittain. Opiskelun ja urheilun yhdistäminen Kuusankosken lukiossa on lähtökohtaisesti ollut erilaista kuin esimerkiksi Kouvolan Lyseon lukiossa. Yleensäkin akatemiakulttuuri ja ”aamuvalmennuspalkit” tiistai- ja torstaiaamuille vaati Kuusankosken lukiolta joustavaa suhtautumista urheilijoihin pienenä erityisryhmänä. Mielestäni tähän kyselytutkimukseen vastanneet Kuusankosken lukion 11 akatemiaurheilijaa on tutkimuksen kannalta olennainen, jolla pystyttiin vertaa-

maan esimerkiksi lukioden välisiä eroja urheilijoiden opiskelu – ja valmennusolosuhteissa.

Tutkimuksesta selvisi, että Kuusankosken lukiossa opiskelevat urheilijat kokivat urheilijana kehittymisen kaikkein vähäisimpinä muihin oppilaitoksiin verrattuna. Kuusankosken lukion ja Kuusankosken ammattiopiston välinen ero oli tosin varsin minimaalinen. Tutkimuksesta saatuja tuloksia Kuusankosken lukion kohdalla voidaan pitää kuitenkin varsin positiivisena. Suuria eroja opiskelijoiden valmennus – ja harjoitteluolosuhteiden järjestelyissä ei lukioden välillä ollut. Kuitenkin lähtökohdat akatemian käynnistämiseksi Kuusankosken lukiossa ja Kouvolan Lyseon lukiossa olivat täysin erilaiset. Käytännössä lyseon lukion aiempaan liikuntapainotteiseen toimintatapaan ei varsinaisesti akatemia tuonut suurtakaan muutosta koulun ns. normaaleihin rutiineihin. Kuusankosken lukiolla taas tilanne oli täysin erilainen. Joku saattoi kysyä, että miksi 15 urheilijan takia opettajat ja muut normaalia lukiota suorittavat nuoret ”kärsivät”, koska aamuvalmennukset ja vapaasti valittavat ”palkit” syövät tärkeitä ja kirjoitustenkin kannalta pakollisten aineiden tuntipaikkoja? Uudenlaisen ja joustavan urheilukulttuurin tuominen perinteeseen lukioon ei välttämättä suju yhteentörmäyksittä. Urheilijat ovat yksilöitä, niin kuin muutkin opiskelevat nuoret. On paljon omasta motivaatiosta kiinni, että menestyykö urheilijana, opiskelijana vai jopa molemmissa. Mielestäni parhaatkaan valmennus – ja opiskeluolosuhteet eivät takaa menestystä urheilijana, vaan kyse on yksilöstä ja hänen intresseistään kehittyä lajissaan. Tästä osoituksena oli akatemian vuoden 2011 parhaan urheilijan titteli, joka meni Kuusankosken lukiossa opiskelevalle urheilijalle!

Kouvolan seudun ammattiopistossa (KSAO) on seitsemän eri toimipistettä, joita jokaista toimipistettä voisi rinnastaa kokonsa puolesta aina yhteen lukioon. Kouvolan urheiluakatemian lähtökohtana oli jo sen suunnitteluvaiheessa ja toiminnan käynnistyessä tarjota lahjakkaille urheilijoille mahdollisuus yhdistää opiskelu ja huipulle tähtäävä urheilu kaikissa toisen asteen oppilaitoksissa Kouvolassa. Tutkimus osoitti, että liiketalouden toimipisteessä opiskelevat akatemiaurheilijat kokivat kehittyneensä urheilijoina eniten verrattuna Kuusankosken ja Kouvolan ammattiopistoissa opiskeleviin akatemiaurheilijoihin. Toisaalta viikoittainen harjoituksiin osallistuminen oli liiketaloudessa aktiivisempaa kuin Kuusankoskella ja Kouvolassa. Liiketaloudessa opiskeleviin akatemiaurheilijoihin suhtauduttiin oppilaitoksen sisällä kaikkein kriittisimmin. Todennäköisesti syynä on se, että urheilijat ovat joidenkin mielestä paljon poissa varsinaisesta koulutyöstä, kun he ovat akatemiavalmennuksessa. Yhteenvetona voisi todeta, että mitä enemmän harjoituksia – sitä enemmän kehitystäkin tapahtuu!

Tutkimus osoitti, että Kouvolan Lyseon lukio ei ollut juurikaan edellä vertailtaessa akatemiaurheilijoiden opiskeluolosuhteita eri oppilaitoksissa. Mielestäni tämä oli jonkinlainen yllätys.

Huomioitavaa tuloksissa oli myös se, että yhden oppilaitoksen resurssit eivät riitä kehittämään oppilaitoksen valmennustoimintaa kuin tiettyyn raamiin asti. Esimerkiksi lyseon lukion liikunnan lehtorille on resursoitu pääsääntöisesti viisi oppituntia viikossa koulun erikoisliikunnan valmennusjärjestelyihin. Mielestäni Kouvolan urheiluakatemia käynnistyminen kolmen vuotta sitten on tuonut lyseon lukionkin valmennuksen kehittämiseen ns. lihaa luiden ympärille.

Tutkimus osoitti, että henkilökohtaista opinto - ja valmennussuunnitelmaa (HOVS) ei ole tehty kuin muutamille akatemiaurheilijoille. On mielestäni erittäin tärkeää Kouvolan urheiluakatemia kannalta jatkossa, että henkilökohtaisia opinto- ja valmennussuunnitelmia räätälöidään urheilijoille yksilöllisesti entistä enemmän. On järjestettävä palaveria esimerkiksi lukio-opintojen alussa, jossa on mukana akatemiaurheilija, opinto-ohjaaja, henkilökohtainen valmentaja / akatemiavalmentaja ja mahdollisesti myös nuoren urheilijan vanhemmat. Kouvolan urheiluakatemia toiminta on perustunut olemassa olevien resurssien tehokkaaseen hyödyntämiseen. Tutkimuksen tulos henkilökohtaisen opinto – ja valmennussuunnitelman laatimisesta urheilijoille on selvä signaali siitä, että tätä osa-aluetta pitää Kouvolan urheiluakatemia jatkossakin kehittää entistä enemmän.

Kouvolan urheiluakatemiassa on mukana 20 eri lajin urheilijoita. Mukana on tasaisesti sekä joukkuelajien että yksilölajien edustajia. Tutkimus osoitti, että urheiluakatemiaan kuuluvat pesäpalloilijat olivat kaikkein tyytymättömiä tutkimuksessa mukana olleista lajeista sekä akatemiavalmennuksen tasoon että akatemiavalmennuksen ja koulunkäynnin yhteensovittamiseen. Erot eri lajin välillä eivät kuitenkaan olleet suuria. Tutkimuksen lajeista koripalloilijat kokivat, että akatemiaharjoittelusta on ollut kaikkein eniten hyötyä urheilijoina kehittymiseen. Toisaalta taas koripalloilijat ovat päässeet harjoittelemaan jo parin vuoden ajan kolmena aamuna viikossa hyvässä valmennuksessa, joten ohjattujen valmennuskertojen määrällä on luonnollinen yhteys myös urheilijoina kehittymiseen.

Tutkimus osoitti, että mitä enemmän ammattitaitoista valmennusta lahjakkaille ja motivoituneille urheilijoille pystytään järjestämään, niin sitä enemmän urheilijat kehittyvät lajeissaan ja motivaatio kasvaa. Mielestäni kolme laadukasta akatemiaharjoitusta viikossa on maksimi, joka riittää takaamaan urheilijoina kehittymisen, mikäli iltavalmennus on laadukasta. Urheilijoiden on kuitenkin tärkeää saada onnistumisia omien lajien kilpailuissa. Menestyminen lisää motivaatiota myös harjoitteluun.

Jalkapallon akatemiavalmennus oli urheilijoiden mielestä kaikkein tasokkainta, tosin jääkiekkovalmennuksen taso oli lähes yhtä hyvää luokkaa. Uskoisin, että jalkapallon ja jääkiekon akatemiavalmennuksen erittäin hyvä taso johtuu pitkälti siitä, että valmentajillamme ko. lajeissa on ensinnäkin pitkä kokemus valmentamisesta ja he ovat myös hyvin koulututtuneita. Esimerkiksi yhdellä jalkapallovalmentajalla on luokanopettajan koulutus ja A- valmentajatutkinto / vastaava valmentajakoulutus. Jääkiekon akatemiavalmentajalla on runsaan valmentajakoulutuksen lisäksi liikunta-alan koulutus. Suurin osa em. lajien valmentajista ovat itse pelanneet joko pääsarjatasolla tai toiseksi korkeimmalla tasolla lajeissaan, josta ei ole varmastikaan haittaa nuorten huipulle tähtäävien urheilijoiden valmentamisessa.

Tässä tutkimuksessa selvisi, että urheilijat käyttivät heille järjestetyistä tukipalveluista eniten uimahallipalveluja. Toiseksi tärkein tukipalvelu oli maksuton kuntosali ja kolmanneksi Kymen Aktiivikuntoutuksen palvelut. Tukipalveluissa on mielestäni paljonkin kehitettävää. Olisi urheilijoiden kannalta ihanteellista, että heillä olisi esimerkiksi tulevaisuudessa oma fysioterapeutti, jolla he voisivat käydä. Fysioterapeutti olisi esimerkiksi urheiluakatemia palkkalistoilla. Lisäksi lääkäripalveluja voisi akatemiassa kehittää siten, että ainakin aluksi akatemia pystyisi kustantamaan jonkin osuuden yksityisen lääkärin kuluista. Tukipalvelujen kokonaisvaltaisen kehittämisen kannalta olisi tärkeätä, että urheiluakatemialla olisi oma lääkäri. Lääkäripalvelut voisi esimerkiksi ostaa yritykseltä.

Tämän tutkimuksen keskeinen tutkimusmenetelmä (urheilijakysely) olisi voinut olla hieman kattavampi. Esimerkiksi tämän urheilijakyselyn rinnalle olisi voitu tehdä kysely valmentajille, seuroille ja oppilaitoksille. Varsinaisesti itse urheilijakyselyyn en ainakaan itse löydä sellaisia puutteita, jotka tähän tutkimuksen tulokseen vaikuttaisi tai jäisi selvittämättä. Mielestäni tämän tutkimuksen kannalta oleelliset asiat selvitettiin ja niistä saatiin tulokset. Mielestäni tärkeintä nuoren urheilijan näkökulmasta on selvittää, että miten he kokevat akatemiavalmennuksen ja opiskelun yhteensovittamisen. Tuleeko nuorten urheilijoiden mielestä esiin jotain sellaista, jota akatemiatoimijat (allekirjoittanut mukaan lukien) ei ole pystynyt huomioimaan?

Urheilijapalaute on ensiarvoisen tärkeää, nuoria on kuunneltava ja ajateltava heitä jopa asiakasnäkökulmasta. Toiseksi tärkein on valmennuksen laatu, jota tällä tutkimuksella haluttiin saada selville. Urheilijat kuitenkin hakevat urheiluakatemiasta ennen kaikkea laadukasta valmennusta, jotta he voivat kehittyä huippu-urheilijoiksi. Aamuvalmennus tukee illalla tapahtuvaa seura- valmennusta ja toisin päin. Yhteistyö seuravalmentajien ja akatemiavalmentajien välillä pitää olla mutkatonta. Aamuvalmentajan pitää tietää mitä illalla harjoitellaan seuroissa ja toisin päin. Parhaimmassa tapauksessa olisi hienoa, jos aamuvalmentaja ja iltavalmentaja olisi yksi ja sama



henkilö, joka huolehtisi nuoren urheilijan kokonaisvaltaisesta kehittämisestä tiellään huippu-urheilijaksi.

Tutkimuksesta saadut tulokset ovat mielestäni varsin luotettavia, mutta täytyy kuitenkin muistaa, että kyse on nuorista urheilijoista, joille kysely teetettiin. Jos esimerkiksi urheilijakysely olisi teetetty kaikille samaan aikaan ja tietyssä paikassa (esim. auditorio) niin olisiko tulokset olleet erilaisia? Urheilijakyselyyn vastattiin kuitenkin eri paikoissa, kuten esimerkiksi akatemiaharjoitusten jälkeen, koulutustapahtuman yhteydessä jne. Ne urheilijat, jotka täyttivät kyselyn akatemiaharjoituksen jälkeen, niin olisivatko he vastanneet erilailla, jos kyselyiden kerääjänä olisi toiminut urheiluakatemia edustaja? Mielestäni urheilijakyselyn laadinta ja kysymysasettelu onnistui kokonaisuudessaan hyvin. Varmasti olisi ollut viilaamisen paikkoja, jonka kautta kyselystä olisi saanut enemmän irti. Urheilijakyselyyn vastanneet urheilijat ovat ns. valikoitua porukkaa, joten uskoisin, että he vastasivat rehellisesti kysymyksiin. Tottakai on mahdollista, että jotkut urheilijoista vastasivat kyselyyn ”vasemmalla kädellä” ja sen kummemmin miettimättä.

Mielestäni tämä tutkimus on hyvä alku pitkäaikaisemmalle tutkimuksen ketjulle, joka vahvistaa sekä Kouvolan urheiluakatemiaa että ennen kaikkea urheiluakatemiaa Suomessa.

## 8.1 Jatkotutkimusehdotukset

Tämän tutkimuksen jatkeena voisi olla tutkimus, jolla pystyttäisiin mittaamaan Kouvolan urheiluakatemia markkina-arvoa tai imagoa Kouvolan kaupungille. Kouvolaan muuttaa kuitenkin vuosittain vajaa kymmenen urheilijaa ja lähes yhtä moni jää Kouvolaan opiskelemaan ja urheilemaan urheiluakatemiaa takia. Kouvolan urheiluakatemia on kaupungin vetovoimatekijä, jota olisi syytä mitata.

Toisena jatkotutkimusehdotuksena tulee mieleen se, että miten kouvolaalaiset tai Kouvolan seudun urheiluseurat kokevat urheiluakatemia vaikuttaneen seuran toimintaan. Miten akatemian on esimerkiksi kehittännyt valmennusta, seurajohtamista tai varainhankintaa. Miten yhteistyö eri seurojen ja lajien välillä on lisääntynyt? Pystyisikö tähän tutkimukseen yhdistämään opilaitoskyselyn, jossa esimerkiksi rehtorit, opinto-ohjaajat ja liikunnanopettajat akatemiassa mukana olevista kouluista antavat oman näkemyksensä Kouvolan urheiluakatemia vaikutuksesta heidän työhön tai yleensäkin koulun toimintaan.

Kolmantena jatkotutkimusehdotuksena 20:lle Suomessa toimivalle urheiluakatemia urheilijoille voitaisiin teettää kysely, jossa kysyttäisiin valmennuksen tasosta eri akatemioissa. Kyse-

lyyn otettaisiin mukaan valmennuslajit, jotka kaikilla on (esim. viisi lajia). Tämän kautta saataisiin tietoa valmennuksen tasosta eri urheiluakatemioiden, joita voisi vertailla. Tuloksista olisi hyötyä lajiliitoillekin suunnatessaan taloudellisia resursseja lajin valmennuksen kehittämiseen urheiluakatemioiden. Kyselyn kautta voisi Suomen Olympiakomitean urheiluakatemioiden laatima auditointimanuaali saada ajanmukaisen päivityksen tukemaan sekä Suomen Liikunnan ja Urheilun visio 2020- työtä että huippu-urheilun muutosryhmän työtä. Tärkeää olisi tietää, että mihin tulevaisuudessa taloudellisia resursseja ohjataan huomioiden valtakunnalliset linjaukset ja painopisteet!

## 8.2 Jatkotoimenpiteet

Tämän tutkimuksen perusteella Kouvolan urheiluakatemioiden pitää edelleen luoda myönteistä kuvaa urheiluakatemioista oppilaitosten suuntaan. Lisäksi urheiluakatemioiden on tehtävä linjauksia, mihin lajeihin se jatkossa panostaa eniten. Tämän tutkimuksen perusteella lajit ovat jalkapallo ja jääkiekko. Urheiluakatemioiden on luotava oma strategia ja visio, jossa on huomioitava myös Suomen Liikunnan ja Urheilun (SLU) visio 2020- työ sekä huippu-urheilun muutosryhmän työ suomalaisen huippu-urheilun uudelleen organisoinnissa. Molemmilla edellä mainituissa ”strategioissa ja visioissa” suomalaisille urheiluakatemioiden ladataan kovia odotuksia. Lähtötulevaisuudessa Kouvolan urheiluakatemioiden on löydettävä oma paikkansa suomalaisen liikunnan ja urheilun kentässä!

Kouvolan urheiluakatemioiden kuuluvissa oppilaitoksissa pitää edelleen kehittää myönteistä ilmapiiriä urheilijoiden, opettajien ja rehtorien välillä. Oppilaitosten rehtorit, opinto-ohjaajat ja liikunnanopettajat ovat avainasemassa mahdollistaen positiivisen ilmapiirin syntymisen oppilaitoksissa. Mielestäni Kouvolan urheiluakatemioiden pitää jatkossa olla resursseja oppilaitosten yksilöllisen opinto-ohjauksen kehittämiseen. Lisäksi liikunnanopettajien ammattitaidon hyödyntäminen akatemiavalmennukseen on tärkeä voimavara akatemiavalmennuksen kokonaisvaltaisessa kehitystyössä. Kouvolan urheiluakatemioiden pitää olla aktiivinen oppilaitosten suuntaan ja toisin päin, jotta vuorovaikutusta syntyy.

Kouvolan urheiluakatemioiden valmennustoimintaa on kehitettävä edelleen esimerkiksi yhteisten valmentajakerhojen ja ”valmentajafoorumien” suuntaan. On luotava lajien sisäisiä valmentajakerhoja, joissa lajien sisällä keskustelu lisääntyy. Lisäksi ”crosstalking” yli lajirajojen lisää yhteistyötä ja ymmärrystä valmentajien välillä ja vuorovaikutusta syntyy. Valmennuksen tasoa on edelleen kehitettävä, joka mahdollisesti joissain lajeissa johtaa ammattivalmentajien palkkaamiseen urheiluakatemioiden ”sateenvarjon” alle. Tutkimuksen tuloksista selvisi, että valmennuksen

taso on vaihtelevaa. Urheiluakatemia valmennusta on kehitettävä siten, että parhaat valmentajat saadaan urheiluakatemia valmentajiksi. Mikäli huippuvalmentajia ei löydy paikkakunnalta, on niitä hankittava esimerkiksi lajiliitoista, urheiluopistoista jne. Valmennuspesti urheiluakatemiassa on tehtävä niin houkuttelevaksi, että siihen hakeudutaan kauempaakin!

Tämän tutkimuksen tuloksilla on merkitystä myös urheiluakatemiassa mukana olevien (Kouvola, Iitti) kuntien toimintaan. Urheiluakatemia yhtenä keskeisenä tavoitteena on Kouvolan kaupungin vetovoimaisuuden lisääminen. Tämä tutkimus osoitti, että Kouvolan urheiluakatemia on yksi kaupungin vetovoimatekijöistä. Kouvolan kaupunki on jo tällä hetkellä vahvasti mukana urheiluakatemia ”päärahoittajana”. Kouvolan kaupungin pitää myös huomioida tutkimuksesta saadut tulokset muun muassa henkilökohtaisen opinto-ohjauksen suuntaan. Oppilaitoksien välisissä käytänteissä on jonkin verran eroja. Onko kaupungilla jatkossa mahdollista esimerkiksi resursoida urheilijoiden henkilökohtaisen opinto-ohjaajan palkkaamiseen? Iitin kunnan kannalta urheiluakatemiassa mukana oleminen mahdollistaa myös iittiläisille nuorille urheilijoille mahdollisuuden opiskelun ja urheilun yhdistämiseen. Kouvolan urheiluakatemiassa mukana oleminen on jatkossa myös Iitin kunnan (Iitin lukio) yksi vetovoimatekijöistä. Iitin kunnalle lukion säilyminen elinvoimaisena ja opiskelijoiden pysyminen omalla paikkakunnalla opiskelemaan ja urheilemaan on varmasti tärkeä asia. Yhteistyö Kouvolan kaupungin ja Iitin kunnan välillä on erityisesti urheiluakatemia kannalta positiivinen asia.

Opiskelun ja urheilun yhdistäminen on aika haasteellista ja vaatii nuorilta urheilijoilta sitoutumista ja kasvattaa varmasti urheilijaa ihmisenä kohti aikuisuutta. Urheilijoita, jotka valitsevat ns. urheilijan polun ja haluavat menestyä lajissaan ja haluavat myös hoitaa opiskelunsa samanaikaisesti hyvin arvostetaan erittäin paljon. Menestyksessä opiskelun ja urheilun yhdistäminen ei ole mutkatonta. Sekä urheilijan että opiskelijan polulla on monta kuoppaa, joista on noustava ylös. Olen varma siitä, että Kouvolan urheiluakatemia tulee tulevaisuudessaan tukemaan vielä entistä paremmin akatemiassa mukana olevia urheilijoita, jotta kuopat sekä urheilijan että opiskelijan polulla on entistä matalampia.

## Lähteet

Gröhn, T. & Riihivuori, T-P. 2008. Urheiluakatemit osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää – urheilun ja opiskelun yhdistäminen korkea-asteella. Liikuntapedagogiikan pro gradu – tutkielma. Jyväskylän Yliopisto. Liikuntatieteiden laitos. Luettavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18404/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200804251393.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18404/URN_NBN_fi_jyu-200804251393.pdf?sequence=1). Luettu: 15.7.2011.

Kouvolan urheiluakatemia 2011. Luettavissa: <http://www.kouvolanurheiluakatemia.fi/content/oppilaitokset>. Luettu 5.10.2011.

Kouvolan urheiluakatemia 2011. Luettavissa: <http://www.kouvolanurheiluakatemia.fi/content/tukipalvelut>. Luettu 5.10.2011.

Kouvolan urheiluakatemia 2011. Kouvolan urheiluakatemian toimintakertomus 2008-2009. Luettavissa: <http://www.kouvolanurheiluakatemia.fi/content/materiaalisalkku>. Luettu 14.5.2011.

Kouvolan urheiluakatemian lukuvuoden 2010-2011 toimintakertomus. Luettavissa: <http://www.kouvolanurheiluakatemia.fi/content/materiaalisalkku>. Luettu 17.7.2011.

Kujala, A. 1991. Urheilijan uraan kuuluu myös opiskeluissa menestyminen. Valmennus & kunto 1991 (7), 42-43.

Liikunnan ja Urheilun Maailma 2006. Urheiluakatemit tukevat suomalaisen huippu-urheilijan uraa. Luettavissa: [http://www.slu.fi/lum/08\\_06/huippu-urheilu/urheiluakatemit\\_tukevat\\_suomala/](http://www.slu.fi/lum/08_06/huippu-urheilu/urheiluakatemit_tukevat_suomala/). Luettu 5.10.2011.

Luoma, E. 1991. Urheilulukiot tulleet jäädäkseen. Opettaja 86 (23), 12-13.

Metsä-Tokila, T. 2001a. Koulussa ja kentällä -vertaileva tutkimus huipulle tähtäävän urheilun ja koulutuksen yhdistämisestä. Turun yliopisto. Koulutussosiologian tutkimuskeskuksen raportti 55. Painosalama OY. Turku.

Suomen Hiihtoliitto 2006. Valmentajakerhon 30-vuotisjuhlaseminaari. Luettavissa: <http://www.hiihtoliitto.fi/?x13232=37434>. Luettu 16.9.2011.

Suomen Olympiakomitea 2011a. Nuoren Urheilijan Ura – opas 2011. Esa Print Oy, Lahti.

Suomen Olympiakomitea 2003. Urheilijan elämä on muutakin kuin urheilua – Nuoret urheilijat haaveilevat korkeakoulututkinnosta. Luettavissa: <http://www.noc.fi/?x2008=8534>. Luettu 5.10.2011.

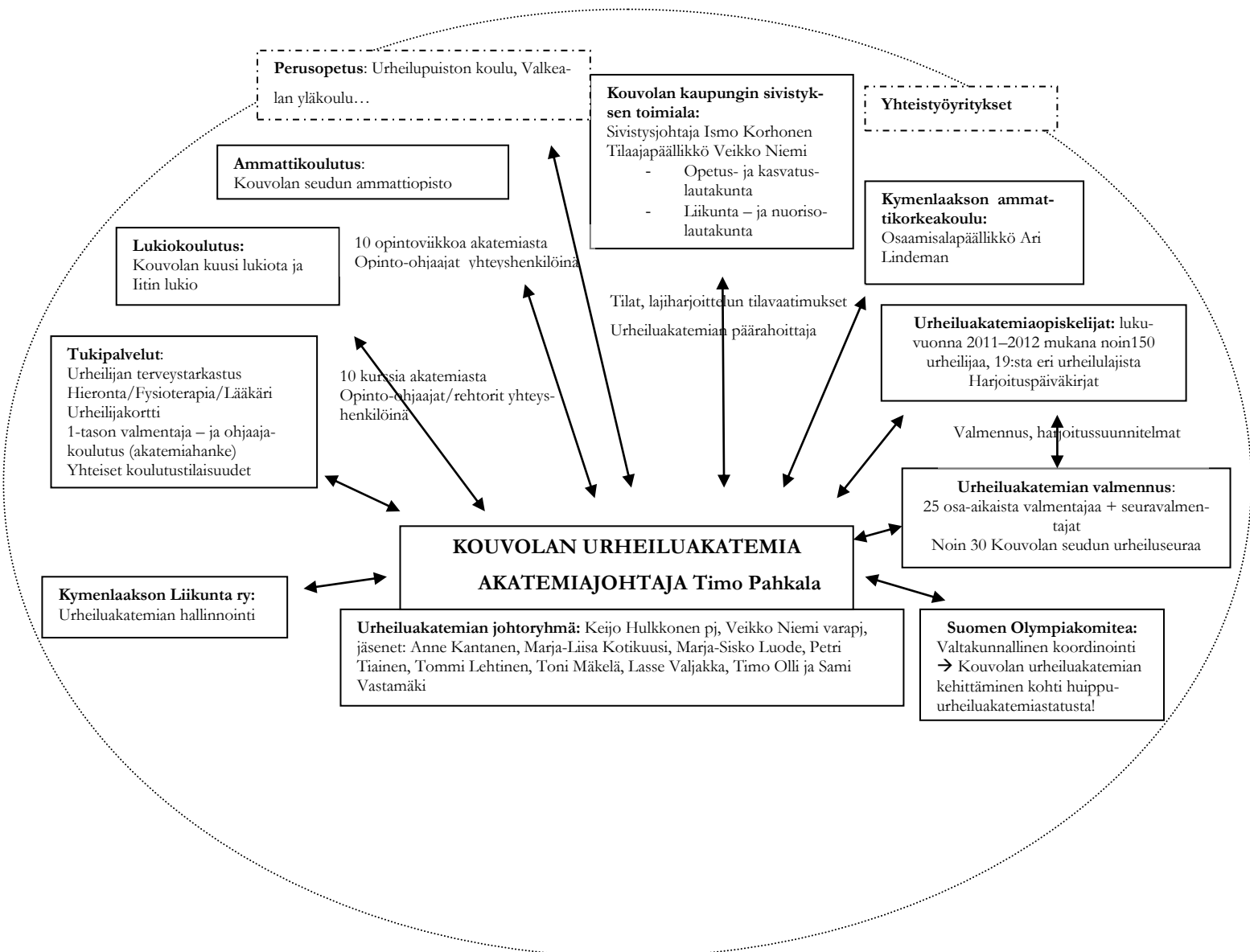
URA-työryhmä 1999. Urheilijoiden urheilu – ja koulutusuran yhdistäminen. Opetusministeriön julkaisusarja 1999:20. Luettavissa: [www.minedu.fi/julkaisut/ura.html](http://www.minedu.fi/julkaisut/ura.html) ??

Urheiluakatemit osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää 18.4.2007. Suomen Olympiakomitean nimeämän työryhmän esitys urheiluakatemiosta osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää. Luettavissa: <http://www.noc.fi/@Bin/39991/Urheiluakatemit+osana+huippu-urheiluj%C3%A4rjestelm%C3%A4%C3%A4+-esitys18042007.pdf>. Luettu 16.9.2011

Urheiluakatemioiden valtakunnallinen kehittämisohjelma 2010 – 2013. Hyväksytty Suomen Olympiakomitean hallituksessa 10.12.2009. Luettavissa: <http://www.kouvolanurheiluakatemia.fi/content/materiaalisalkku>. Luettu 16.9.2011.

Viitanen, M. 1992. Urheilulukiolainen opiskelee urheilijana. Liikunta ja tiede 29 (6), 18-19.

## Liite 1. Kouvolan urheiluakatemian organisaatiokaavio vuonna 2011



## Liite 2. Urheilijakysely



URHEILIJAKYSELY 14.1.2011

### TUNNISTETIEDOT

Nimi (ei pakollinen) \_\_\_\_\_

<b>Oppilaitos</b>	<input type="checkbox"/>	Anjalankosken lukio	<input type="checkbox"/>	KSAO, Tekniikka ja palvelut, Kouvola
	<input type="checkbox"/>	Kouvola Lyseon lukio	<input type="checkbox"/>	KSAO, Tekniikka ja palvelut, Kuusankoski
	<input type="checkbox"/>	Kouvola yhteiskoulun lukio	<input type="checkbox"/>	KSAO, liiketalous
	<input type="checkbox"/>	Kuusankosken lukio	<input type="checkbox"/>	KSAO, Tekniikka, Keltakangas
	<input type="checkbox"/>	Valkealan lukio	<input type="checkbox"/>	KSAO, Sosiaali ja terveys, Kuusankoski
<b>Laji</b>	<input type="checkbox"/>	Kymenlaakson ammattikorkeakoulu	<input type="checkbox"/>	lentopallo
	<input type="checkbox"/>	jalkapallo	<input type="checkbox"/>	pesäpallo
	<input type="checkbox"/>	jääkiekko	<input type="checkbox"/>	yleisurheilu
	<input type="checkbox"/>	koripallo	<input type="checkbox"/>	Muu laji, mikä? _____
	<input type="checkbox"/>	paini		
	<input type="checkbox"/>	amerikkalainen jalkapallo		
<b>Valmentaja</b>	<input type="checkbox"/>	golf	<input type="checkbox"/>	Timo Väre
	<input type="checkbox"/>	Petteri Mäkelä	<input type="checkbox"/>	Mikko Hylkilä
	<input type="checkbox"/>	Jukka Lindström	<input type="checkbox"/>	Antti Karhula
	<input type="checkbox"/>	Antti Vainikka	<input type="checkbox"/>	Petri Varjonen
	<input type="checkbox"/>	Jari Eronen	<input type="checkbox"/>	Jarkko Heimonen
	<input type="checkbox"/>	Antti Hurri	<input type="checkbox"/>	Vesa Kolsi
	<input type="checkbox"/>	Henri Halonen	<input type="checkbox"/>	Jyri Lehtonen
	<input type="checkbox"/>	Marko Sillanpää	<input type="checkbox"/>	Niko Nakari
	<input type="checkbox"/>	Tommi Henttu	<input type="checkbox"/>	Henk.koht/seuravalmentaja, kuka?
	<input type="checkbox"/>	Mika Lindholm		

### HARJOITTELU JA VALMENNUS

Osallistun akatemiaharjoituksiin viikon aikana pääsääntöisesti ☐ 1 kerran ☐ 2 kertaa ☐ 3 kertaa

Olen osallistunut seuraaviin akatemian järjestämiin koulutus/valmennustilaisuuksiin  
(tervetuloa ohjaajaksi-koulutus, kinesis-Kymen Aktiivikuntoutus Oy, ADT-luento, akatemian aloitusinfo)

Yleisimmät syyt, jotka estävät akatemiaharjoituksiin/yhteisharjoituksiin osallistumisen:

Akatemiaharjoittelusta on ollut hyötyä kehitykseeni urheilijana/urheilusuorituksiini	<input type="checkbox"/>	ei yhtään	<input type="checkbox"/>	vähän
	<input type="checkbox"/>	paljon	<input type="checkbox"/>	erittäin paljon
Parasta akatemiaharjoittelussa:				
Kehitettävää akatemiaharjoittelussa:				

Olisitko lähtenyt muualle opiskelemaan, jos ei olisi Kouvolan urheiluakatemiasa?	<input type="checkbox"/>	en	<input type="checkbox"/>	ehkä	<input type="checkbox"/>	kyllä
		Asteikko: 1 huono - 5 erinomainen				
Arvosana akatemiavalmentajalle asteikolla	1	2	3	4	5	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

OPISKELU						
		Asteikko: 1 huono - 5 erinomainen				
Koulun suhtautuminen akatemiaurheilijaan (opettajat tietävät akatemiatoiminnasta, joustot opinnoissa, kannustavuus, hyväksilukeminen)	1	2	3	4	5	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Akatemiaharjoittelun vaikutus opintojen sujuvuuteen	1	2	3	4	5	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Tiedän, kuka on oppilaitokseni akatemiayhdyshenkilö	<input type="checkbox"/>	kyllä		<input type="checkbox"/>	en	
Minulle on laadittu HOVS (henkilökohtainen opinto/ valmennussuunnitelma)	<input type="checkbox"/>	kyllä		<input type="checkbox"/>	ei	
Tiedot akatemiaharjoittelun hyväksiluvusta opinnoissa löytyvät kurssitodistuksestani	<input type="checkbox"/>	kyllä		<input type="checkbox"/>	ei	
Osallistuminen akatemiaharjoituksiin pidentää opiskeluaikaani	<input type="checkbox"/>	kyllä		<input type="checkbox"/>	ei	



## TUKIPALVELUT

Tiedän, mitä kaikkia tukipalveluita urheiluakatemia tarjoaa

☐

kyllä

☐

en

(urheilijakortti-->ilmainen uinti, lääkäri 48h sis. hoitoon, urheilijan terveystarkastus, fysioterapia/kuntosali -30% Kymen Aktiivikuntoutus Oy )

Olen käyttänyt akatemian tarjoamia tukipalveluita

☐

kyllä

☐

en

Jos kyllä, mitä palveluita?

---

Jos et, miksi?

---

## YLEISARVOSANA

Yleisarvosanasi Kouvolan urheiluakatemialle

1

☐

2

☐

3

☐

4

☐

5

☐

Ruusuja

---

Risuja

---

